ธรรมประทานพร
เล่ม ๔

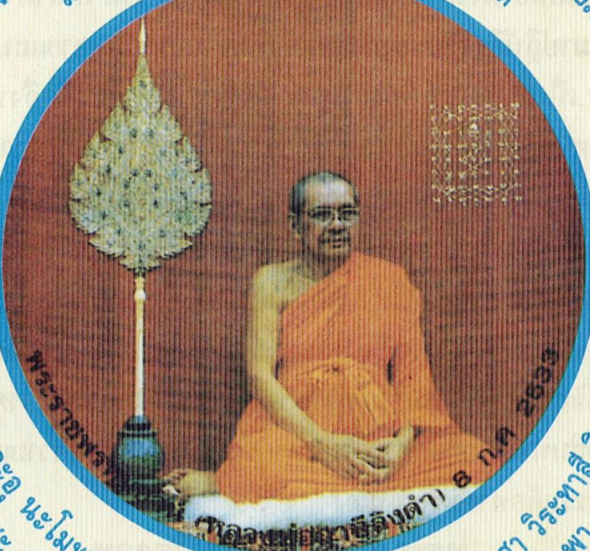
เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ RN, ROF, COF

ธรรมประทานพร เล่ม ๔

องค์สมเด็จพระปฐมบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า
ปางพระนิพพาน ที่วัดท่าซุง อุทัยธานี

พระคาถาเงินล้าน

นาสังสิโม พรหมา จะมหาเทวา สัพเพยักขา ปะรายันติ พรหมา จะ มหาเทวา อภิลาภา ภะวันตุ เม
มหาบุญโญ มหาลาโภ ภะวันตุ เม มิเตพาหุหะติ



พุทธะมะอะอุ นะโมพุทธายะ วิระทะโย วิระโคนายัง วิระหิงสา วิระทาสี วิระทาสา
วิระอิตถิโย พุทธัสสะ มานีมามะ พุทธัสสะ สวาโหม สัมปติจฉามิ เพ็ง เพ็ง พา พา หา หา ฤา ฤา

พระคาถาท่านท้าวมหาพรหมทั้ง 4

โอม ท่านท้าวจตุรมหาพรหม

พระคาถาบูชาท่านแม่เจ้าธรณี

เมื่อใดที่จะเกิดเหตุร้าย ให้ตบดิน 3ครั้งแล้วเรียกพระแม่เจ้าธรณี ช่วยแต่อย่าทำสุ่มสี่สุ่มห้า

เมกา มาอุ

พระคาถากันไสยศาสตร์และมีทิพย์จักขุญาน

สัมปจิตฉามิ

อานิสงค์ผลบุญที่ท่องสวดมนต์พระคาถาเงินล้านมีดังนี้

1.เป็นพุทธานุสติกรรมฐานเพราะเป็นพระคาถาที่องค์พระไตรโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าโปรดเมตตาประทานให้แด่ พระคุณเจ้าพระราชพรหมยานได้ท่องภาวนาไว้เพื่อสร้างวัดท่าซุง อุทัยธานี ให้สำเร็จเจริญรุ่งเรืองเพื่อเป็นที่มาปฏิบัติธรรมของสาธุชนซึ่งหลั่งไหลมาวัดหลายแสนท่าน

2.เป็นสังฆานุสติกรรมฐาน เพราะผู้ท่องก็ระลึกถึงพระคุณขององค์พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน โปรดเมตตาประทานให้สานุศิษย์ที่เคารพรักศรัทธาท่าน ได้เก็บเอาไว้ท่องภาวนาต่อไป

3.เป็นธรรมานุสติกรรมฐาน เพราะขณะที่ท่องพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยานสั่งไว้ห้ามคิดอยากรวย ทำใจเฉยๆ ว่างจากความโลภ ความโกรธ ความหลง ท่องเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา จิตใจก็สะอาดปราศจากกิเลส เข้าถึงความรวยอริยธรรม ได้โดยง่ายเมื่อจิตสะอาดความร่ำรวยทางทรัพย์สินทางโลกก็ติดตามเข้ามาหาผู้ท่องให้มีความสุขความเจริญทางโลกและทางธรรมคือทางจิตใจนั่นเอง

พระคาถาแผ่เมตตาทั่วไตรภพ

ผลบุญที่ได้สวดในนามพระผู้มีพระภาคเจ้าองค์พระปฐม เป็นบารมียิ่งใหญ่แล้ว ขอฝากกุศลผลบุญไปกับฉัพพรรณรังสีรัศมี 6 ประการแผ่เมตตาจิตทั่วทุกทิศทั่ว อนัตตจักรวาลไปยังสรรพสัตว์ทั้ง 3 โลก(นรกโลก มนุษย์โลก เทวโลก) สวดอย่างน้อย 9 จบ อย่างมากตลอดเวลา

นโม พระพุทธสิกขีพระพุทธเจ้า

นโม สรรพพุทธานัง

นโม สรรพธัมมานัง

นโม สรรพสังฆานัง

นโม อิติ อิติ โพธิสัตว์

โอม ฉัพพรรณรังสีพระพุทธเจ้า

โอม ท่านท้าวจาตุรมหาพรหม

โอม ท่านท้าวพยายามราช

โอม ท่านท้าวสักกะเทวราช

โอม ท่านท้าวจาตุรมหาราช

ลูกขออุทิศส่วนกุศลด้วย อิทังปุญญะพะลัง

ผลบุญใดที่ลูกได้สั่งสมมารวมทั้งสวดพระนามพระผู้มีพระภาคเจ้า ลูกขอแผ่บุญกุศลไปกับฉัพพรรณรังสีรัศมีหกประการขององค์สมเด็จพระพิชิตมารศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆพระองค์ ขอได้โปรดดลบันดาลให้สรรพสัตว์ทั้ง 3 โลกเจ้ากรรมนายเวร ญาติมิตร มีความสุขสำเร็จในชีวิตได้หลุดพ้นจากภัยพิบัติวัฏฏสงสาร โดยสิ้นเชิง ด้วยพระบารมีมิอาจประมาณ ลูกขอนอบน้อมนมัสการด้วยจิตใจ ขอให้เจ้ากรรมนายเวรญาติมิตรและจิตของลูกสะอาดสว่างใส หลุดพ้นไซร้สู่ทิพย์นิพพานพร้อมด้วยบริวารทุกท่านเทอญ สัมปะติจฉามิ สัมปจิตฉามิ นิพพานสุขัง

คุณประโยชน์ของการอุทิศส่วนกุศลแผ่เมตตาจิตให้สรรพสัตว์ทั้ง 3 โลกไปกับฉัพพรรณรังสี รัศมี 6 ประการ ขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์แรกเริ่มมีดังนี้

1. โปรดช่วยสรรพสัตว์ในแดนเปรต อสุรกาย มนุษย์โลก สัตว์ทั้งที่มีชีวิตและเป็นภูมิผีวิญญาณเร่ร่อน แผ่ไปทั่วเทวโลก พรหมโลก ได้รับโมทนาบุญกับเราการแผ่เมตตา แผ่ส่วนกุศลไปยังสรรพสัตว์ทั้ง 3 โลก รวมถึงเจ้ากรรมนายเวร จงทำทุกวัน จงตัดเวรตัดกรรม ให้อโหสิกรรมต่อกัน ยกเป็นอภัยทานถวายพระพุทธเจ้า ถ้าเราโกรธตอบจะเพิ่มภพชาติให้เกิดมาใช้หนี้เวรกรรมกันอีก

2. สวดด้วยจิตศรัทธาแท้ เทพ พรหมรักใคร่ สรรเสริญ เมตตาติดตามรักษาเราให้อยู่เย็นเป็นสุข

3. สวดตลอดเวลา คิดปรารถนาสิ่งใดก็สมหวัง

4. สวดตลอดเวลาจิตเป็นสมาธิ ภาวนาจิตไม่ฟุ้งซ่าน จิตสะอาดปราศจากนิวรณ์

5. จิตสะอาดสว่างไสว จิตหลุดพ้นจากการหลงยึดติดในขันธ์ 5 จิตเป็นจิตประภัสสร เป็นจิตพระอริยบุคคลได้ง่าย เพราะเป็นจิตที่มีเมตตา เคารพบูชาพระรัตนตรัยมองเห็นภัยในวัฏฏสงสาร เป็นจิตฉลาดไม่มีอวิชชา เป็นจิตที่มีพระนิพพานเป็นกรรมฐานได้ 8 กรรมฐาน คือ

1) พุทธานุสสติกรรมฐาน

2) ธรรมนุสสติกรรมฐาน

3) สังฆานุสสติกรรมฐาน

4) พรหมวิหาร 4 เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา

5) อุปสมานุสสติกรรมฐาน นึกถึงความดียิ่งของพระนิพพาน

6. เป็นการอโหสิกรรมซึ่งกันและกัน ตัดเวรตัดกรรม ยกเป็นอภัยทานถวายพระพุทธเจ้า ถ้าเจ้าโกรธก็เป็นการเพิ่มภพเพิ่มชาติ

7. การอุทิศแผ่กุศลไปยังสรรพสัตว์ทั้ง 3 โลก จงทำทุก ๆวันละอย่างน้อยสวด 9 จบ ช่วยทั้งคนทั้งผี ทั้งสัตว์โลก สัตว์นรก ช่วยเทพเทวดา มีโอกาสโมทนากับพวกเราด้วย

8. พระคาถาสวดพระนามพระพุทธเจ้าองค์พระปฐมนี้ พระท่านให้ไว้แก่มวลมนุษย์มาจากเบื้องบนพระนิพพาน ให้สวดทุกวัน เพื่อช่วยมวลเวไนยสัตว์ และตนเองก็หลุดพ้นจากนรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน ไม่ต้องได้เกิดในแหล่งอบายภูมิ 4 อย่างนี้ เป็นการเสริมบารมีให้แก่ตนและผู้อื่น

9. การแผ่พลังจิตให้เป็นพลังไปรอบทิศจักรวาลทั้ง 3 โลกนั้น ทำจิตให้ว่างจากขันธ์ 5 ว่างจากกิเลสตัณหา ทำบุญกุศลทุกอย่าง ขอถวายทางจิตให้องค์สมเด็จพระบรมครูพระพุทธเจ้าโปรดโมทนาบุญกุศลทุก ๆพระองค์ เพื่อประโยชน์สูงสุดแด่มวลสรรพสัตว์ทุกจิตดวงธรรมญาณได้รับผลบุญที่ลูกแผ่ไปให้ทุกดวงจิตธรรมญาณเทอญ

การขอแรงพลังจิตขององค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้า เป็นการขอแรงคลื่นวิทยุของท่านผู้เป็นใหญ่บุญบารมีใหญ่ ช่วยอีกแรงหนึ่งเพื่อให้สรรพสัตว์ 3 โลก ได้ยินคลื่นวิทยุได้ดียิ่งขึ้น

จิตของสัตว์อบายภูมิน้อยนักที่จะได้รับได้ยินเหมือนคนตาบอด แต่ถ้าเขาโมทนายินดีรับกับการอุทิศบุญกุศลแผ่เมตตาไปให้กับเขา ก็ทำให้เขาเป็นสุข พ้นทุกข์จากอบายภูมิได้ทุกคน เราต้องทำจิตให้สะอาดทำจิตว่างจากขันธ์ 5 ปล่อยพลังจิตไปทั่วรอบทิศจักรวาล

10. สวดพระคาถาพระนามองค์สมเด็จพระปฐมบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ฝากบุญกุศลไว้กับท่านท้าวยมราชได้แน่นอนโปรดสัตว์ได้ทั่วทั้ง

3ไตรภพ แล้วแต่จะกำหนดจิตโปรดได้หมดทุกประเภท ทั้งชาติกำเนิด 4 คือ (เกิดในไข่ เกิดในคูต เกิดเป็นตัว เกิดขึ้นเอง เช่น ผี เทพ พรหม) ภูมิวิถี 6 คือ 1.สัตว์นรก 2. เปรต 3.อสุรกาย 4. สัตว์เดรัจฉาน 5. คน 6. เทวดา พรหม

โปรดสัตว์ได้ตามวาระของวิญญาณใด ถึงพร้อมย่อมสามารถเข้าถึงสุขคติภูมิ คือสวรรค์ และคนชั้นสูงมีความสุขตามฐานะ

กฎของกรรมต่าง ๆ ที่คอยกีดกั้นขวางงาน ตามไม่ทัน เพราะเป็นบุญใหญ่เป็นเมตตาบารมีจากการแผ่เมตตา

วิธีแนะนำผู้ป่วยใกล้ตาย คือให้ผู้ป่วยมองเห็นโทษทุกข์ของร่างกายเต็มไปด้วยความทุกข์ทรมานทั้งเจ็บป่วยทั้งตอนแข็งแรง ทุกข์จากากรเลี้ยงชีพการกินอยู่ ผู้ป่วยตัดสินใจไม่ต้องการร่างกายทุกข์โทษมีแต่สิ่งสกปรกเหม็นเน่าอีกต่อไป ตายเมื่อไรขอไปกราบอภิวาทแทบพระบาทพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า หรือพระศาสดาของศาสนาใดๆก็ดีที่ผู้ป่วยเคารพศรัทธา แล้วให้ผู้ป่วยทำบุญครั้งสุดท้ายเอาเงินใส่ในมือผู้ป่วยตั้งจิตขอถวายเงินในมือชำระหนี้สงฆ์เพราะว่าเราไม่เคยทราบว่า ในอดีตเคยถือวิสาสะเอาของใช้ในวัดในโบสถ์มาใช้ส่วนตัว ทำบุญชำระหนี้ป้องกันบาปกรรม ไม่ต้องไปทนทุกข์ในนรก ให้ผู้ป่วยนึกถึงคุณงามความดีที่เคยทำมา เช่น ใส่บาตร ช่วยคนยากจน ผ้าป่า ทำบุญ ทอดกฐิน มีศีล ภาวนา หรือนึกถึงหลวงปู่หลวงพ่อองค์ใดก็ดีทั้งนั้น ภาวนา นิพพานสุขังยิ่งดี

ไปงานศพ หรือเผาศพควรทำจิตอย่างไร ?

ทำจิตแบบพระผู้มีพระภาคเจ้าสอน คือในไม่ช้าตัวเราก็ต้องตาย โดนเผาเหมือนศพนี้ เมื่อร่างกายตายจิตเราจะพ้นทุกข์จากร่างกายจิตเราขอไปกราบเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าแดนทิพย์นิพพาน ขอให้ผู้ตายได้รับบุญกุศลที่เราทำไว้ตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ขอฝากบุญกุศลไว้กับท่านท้าวพยายมราชให้บอกกล่าวผู้ตายโมทนาบุญด้วย

สารบัญ

บทนำ 1

พระพุทธประทานธรรม

พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน 16

ธรรมโอวาทจากทิพย์นิพพาน

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ 22

ธรรมจากพระไตรปิฎก

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ 34

สรุปคุณวิเศษยิ่งของพระอภิธรรมมัตถสังคหะ

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ 49

หัวใจของการเจริญพระกรรมฐาน 72

ธรรมจากพระพุทธสาวก

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ 81

มโนมยิทธิเต็มกำลัง

พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน 89

อภิญญา

พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน 94

ธรรมประธานพร

สงกรานต์ สมบูรณ์ศฤงค์ 102

ตอบปัญหาธรรม

พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน 109

ถาม - ตอบปัญหาธรรมะ

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ 120

ประวัติของ คุณสุพรรษา แก้วฝ่ายนอก 136

สถานที่ฝึกกรรมฐาน มโนมยิทธิ 141

ผู้ร่วมสร้างหนังสือธรรมประทานพร เล่ม 4 145

ธรรมประทานพร เล่ม 4

โดย

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ RN, ROF

Trius Medical Inc.

108 South 308 Birnam Trail

Willowbrook, Illinois 60527 U.S.A

Tel./Fax : (630) 920 - 8428

Email : Kaysorn@hotmail.com

www.dhammapratarnporn.com

หรือ

บ้านทิพย์ปฏิบัติธรรม

6 สันติรักษ์ ถ.สันติธรรม

ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่

Tel./Fax (053) 219 - 831

ธรรมประทานพร เล่ม 4

ภาพปก: สมเด็จสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ปฐม
ประดิษฐาน ณ วัดท่าซุง จ.อุทัยธานี

ผู้เขียน: เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ

พิมพ์ครั้งแรก 1 กรกฎาคม 2546 จำนวน 20,000 เล่ม

พิมพ์ที่: บริษัท บี.เอส.ดี การพิมพ์ จำกัด
เลขที่ 48 (หลังโรงเรียนโสตศึกษา)
ถ.สันติธรรม ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50300
Tel./Fax (053) 221 - 682

บทนำ

กราบเรียนท่านผู้อ่านทุกท่าน

ก่อนอื่นดิฉันขอบอกความในใจว่าไม่เคยคิดว่าตัวดิฉันเป็นใหญ่หรือมีความเก่งกล้าชาญฉลาด สามารถเขียนหนังสือธรรมะได้ ไม่เคยคิดว่าตัวดิฉันมีความดีงามอะไร เพราะว่ามองหาความดีของตัวเองไม่มี อันนี้มิได้ถ่อมตัวแต่เป็นความจริงใจที่รู้ตัวว่าดิฉันต้องแก้ไขอีกมาก ทุกๆ ด้านทั้งทางกาย วาจา ใจ

จุดประสงค์ยิ่งใหญ่ของการเขียนหนังสือธรรมประทานพรเล่ม 4 นี้ด้วยความตั้งใจมากเป็นพิเศษ คือ เพื่อเป็นการนอบน้อมนมัสการบูชาพระคุณท่านผู้เป็นใหญ่ในชีวิตมีพระมหาเมตตาต่อทุกดวงจิตทั้งสาม โลกเพื่อแสดงความกตัญญูอย่างสูงสุดแด่ทุกท่านผู้มีพระคุณมากล้นทุกๆพระองค์เริ่มต้นคือองค์สมเด็จพระพุทธสิกขีทศพลที่ 1 พระผู้มีพระภาคเจ้าหลายแสนพระองค์ตลอดมาจนถึงองค์สมเด็จปัจจุบันและองค์สมเด็จพระอนาคตกาล พระธรรมทั้งโลกียธรรมและ โลกุตตรธรรม พระอริยสงฆ์เจ้าทุกๆ พระองค์ตั้งแต่อดีตและปัจจุบัน คุณพ่อ คุณแม่ทุกๆ ชาติ เป็นพิเศษคือ คุณพ่อ คุณแม่ ชาตินี้ ทำให้ดิฉันได้มีชีวิตที่ดีงาม คุณครูบาอาจารย์ทุกๆ ท่านทั้งทาง โลกและทางธรรม ที่ได้ตักเตือนสั่งสอน ทั้งที่มีร่างกายขันธ์ 5 ทั้งที่อยู่สวรรค์พรหมหลายพระองค์ ที่มาจากพระนิพพาน ท่านได้มาโปรดควบคุมจิตใจป้องกันภยันอันตราย ดลจิตดลใจไปในทางที่ถูกต้องที่ดีงาม ทำให้ดิฉันมีจิตสะอาดสดใสอยู่ในศีล ในสมาธิวิปัสสนาญาณให้สว่างแจ่มใส ก้าวหน้าถูกทางพระนิพพาน พระองค์ทุกๆพระองค์คอยดูแลไม่ให้ดิฉันออกนอกลู่นอกทาง เป็นการสอนโดยที่ดิฉันไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตาเนื้อ แต่สัมผัสได้ด้วยตาใจ ซึ่งท่านช่วยไว้ตั้งแต่เล็กมีเหตุการณ์แปลกประหลาดมหัศจรรย์อย่างเหลือเชื่อ ผ่านวิกฤตการณ์อันตรายในชีวิตได้อย่างหวุดหวิด เทพไท้เทวามีจริง ท่านได้โปรดมาสั่งสอนดิฉันทุกๆทางทั้งทางตรง ทางอ้อม ทางฝัน ทางจิตทางมโนมยิทธิ ทุกๆ รูปแบบทางประทับทรงก็มี ดิฉันคิดว่ามีทางเดียวที่ดีที่สุดที่ตอบแทนพระคุณท่านผู้ดิฉันเทิดทูนตลอดมา คือ พระรัตนตรัย ด้วยการตั้งใจทำคุณงามความดีด้วย ทาน ศีล ภาวนา และการเขียนหนังสือธรรมประทานพรเล่ม 4 เพื่อเป็นพุทธบูชาพระคุณความดีขององค์สมเด็จพระบรมครูพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า พระศาสดา

ของพระศาสนาทุกศาสนาในโลก พระธรรมคำสั่งสอนทั้งทางโลกียธรรมและโลกุตตรธรรม พระอริยสงฆ์เจ้าทุกพระองค์ คุณพ่อ คุณแม่ พระพรหม เทวดา พระแม่ธรณี พระเพลิง พระพาย พระแม่โภสพ ที่ให้ข้าวให้น้ำกินอิ่มหนำสำราญ พระพิรุณโปรยปรายให้ฝนแก่โลก พระคงคาดูแลน้ำ ท่านท้าวสักกะเทวราชผู้เป็นใหญ่ในสรวงสวรรค์ ท่านท้าวพระยายมราชผู้มีมหาเมตตาต่อสัตว์โลก บูชาคุณงามความดี พระคุณของสามี ซึ่งเป็นร่มโพธิ์ร่มไทร เลี้ยงดูดิฉันอย่างดียิ่งท่านจึงเปรียบเสมือนคุณพ่อคนที่ 2 บูชาความดีของลูกชายเบญจ กบิล ที่เป็นลูกเชื่อฟังพ่อแม่ ทำให้แม่คือดิฉันสบายใจ ปฏิบัติธรรมก็ง่าย ไม่มีอุปสรรคทางครอบครัวและที่สำคัญคือ บูชาพระคุณของท่านผู้อ่าน ตั้งใจอ่าน เอาไปพิจารณาปฏิบัติจิตจนได้เข้าถึงอริยมรรค อริยผลมีความสุขใจในชาตินี้ มีแดนทิพย์พระนิพพาน แดนที่มีความสุขตลอดกาลในชาติหน้าต่อไปผลบุญนี้ก็ย้อนกลับมาสนองผู้เขียนและผู้สละเงินมาร่วมทำบุญพิมพ์หนังสือมีมากมายหลายท่านทั้งที่จำได้และจำไม่ได้รวมถึงท่านที่ซื้อหนังสือธรรมประทานพรทุกเล่ม เงินของท่านได้กลายเป็นเงินทางบุญกุศลทางธรรมทาน
ขอบูชาพระคุณเจ้า พระภิกษุสงฆ์ทุกท่านที่สนับสนุนให้กำลังใจในการเผยแพร่ธรรมะ ร่วมมือให้เข้าไปบรรยายฝึกกรรมฐานให้ทั้งภิกษุสามเณร ญาติโยมในวัด ให้ดิฉันมีกำลังใจ กำลังสติปัญญา กำลังศรัทธา ที่จะก้าวหน้าต่อไป

หนังสือนี้จะออกมาไม่ได้ถ้าไม่มีท่านผู้มีพระคุณยิ่งใหญ่คอยประคับประคองดูแลและสั่งงาน คือ องค์สมเด็จพระพิชิตมารบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระคุณเจ้าหลวงพ่อพระราชพรหมยาน ซึ่งเป็นพระบรมปรมาจารย์ควบคุมดิฉันตลอดเวลาให้ทำงาน พูด คิด เขียน ถูกตามหลักพระธรรมคำสอน ดังนั้นความดีใด ๆ ที่ได้จากหนังสือธรรมประทานพรก็เป็นผลจากเบื้องบน ท่านเมตตา ประทานธรรมให้มาแก่มวลมนุษย์เป็นพรอันประเสริฐสุด ที่จะนำทุกท่านที่ตั้งใจศรัทธาพระรัตนตรัยอย่างแท้จริง เข้าถึงสิ่งที่ท่านปรารถนา คือพระนิพพานในชาติปัจจุบันนี้ความผิดพลาดย่อมมีเป็นธรรมดา ดิฉันกราบขอขมาทุกๆท่าน ณ ที่นี้ด้วยและขอท่านผู้อ่านโปรดให้อภัย มีสิ่งใดควรแก้ไขปรับปรุงช่วยตักเตือนก็จะเป็นพระคุณอันสูงส่ง

การเขียนหนังสือธรรมประทานพรเล่ม 4 นี้ดิฉันตั้งใจว่า เป็นการเขียนครั้งสุดท้าย ก่อนที่ร่างกายขันธ์ 5 จะแตกสลายตายไปตามธรรมชาติของโลกที่

แปร ปรวนไม่มีสาระแก่นสารนี้

สิ่งที่ดีที่สุดในชีวิตคือ จิตใจที่ฝักใฝ่บุญกุศลมีพระรัตนตรัยประจำใจตลอดเวลาเป็นสิ่งที่มีคุณค่ามหาศาล ร่างกายดิฉันอ่อนเพลียง่าย เข้าวัยชรา เพราะหัวใจไม่เป็นปกติ ระบบการทำงานทุกส่วนของร่างกายสึกหรอผุพังตามวันเวลารู้ตัวดีว่าไม่ช้าร่างนี้ต้องถูกเผาเมื่อผุพัง ส่วนจิตใจของดิฉันมุ่งมั่นไปแดนพระนิพพาน

ดิฉันตั้งใจจะกลับมาตายที่บ้านทิพย์ปฏิบัติธรรม อายุขัยใกล้จะหมดจะล้มตายเมื่อไหร่ก็ได้ ขอถือโอกาสอันดีนี้กราบลาท่านผู้อ่าน ท่านผู้มีพระคุณทุกท่านญาติสนิทมิตรสหายลูกหลานบริวารทุกคน ขอทุกๆท่านทำจิตให้เข้าถึงอริยมรรคอริยผลง่าย ๆ เร็ว ๆไว ๆ ตามพุทธประสงค์ขององค์พระโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอขอบพระคุณทุกๆท่านที่เข้ามาร่วมงานเผยแพร่หนังสือธรรมประทานพร เผยแพร่พระพุทธศาสนาทุกๆสายทุกๆสำนัก ทุกๆพระอาจารย์เป็นกุศลยิ่งใหญ่เป็นการตอบแทนคุณพระรัตนตรัย

ขอถือโอกาสนี้กราบลากราบขอขมาทุกๆท่าน อีกทั้งท่านผู้อ่านท่านผู้ร่วมงานลูกๆหลานบริวาร พระคุณเจ้าพระภิกษุสงฆ์ทุกท่าน สิ่งใดที่ดิฉันได้กระทำผิดพลาดพลั้งไป ทั้งกาย วาจา ใจ ทั้งด้านงานการพูดการบรรยายธรรมงานการเขียนหนังสือธรรมประทานพร ขอความเมตตาจิตจากทุกท่านได้โปรดให้อภัยแก่ดิฉันซึ่งถือว่าเป็นผู้ใหม่ในพระพุทธศาสนา ชีวิตนี้เป็นชีวิตสุดท้ายของดิฉันบนพื้นพิภพโลกมนุษย์นี้ ที่ได้ทราบก็เป็นพระพุทธดำรัสขององค์สมเด็จพระทรงสวัสดิโสภาคย์ จากโลกนี้ไปดิฉันก็ตั้งใจทำงานทางเบื้องบนพระนิพพานต่อเพื่อช่วยชักนำดลจิตดลใจทุกชีวิตทั้ง 3 โลกเท่าที่จะช่วยได้ได้เข้าใจพระธรรมนำจิตสะอาดสดใสเข้าพระนิพพานได้ง่ายๆ ตามแบบอย่างพระคุณเจ้า พระอริยสงฆ์หลายๆ ท่านได้ช่วยเหล่าพุทธบริษัทอยู่แล้ว ขอตั้งความหวังไว้ว่า พวกเราจะได้พบกันอีกครั้งหลังตายจากกันที่แดนอมตะทิพย์นิพพานสถานเดียว

ย้อนกลับมาขอเล่าประวัติความเป็นมาชีวิตแรกเริ่มของดิฉันเท่าที่จำความได้เป็นคนชอบคิดพิจารณาถึงปัญหาชาวบ้าน ทำไมเกิดมาแตกต่างราวฟ้ากะดิน มีความคิดว่าต้องมีอีกโลกที่ตามองไม่เห็น ที่ดีกว่าโลกมนุษย์แสนวุ่นวายนี้ ทั้งๆที่เป็นเด็ก ก็อยากจะช่วยสงเคราะห์คนทั้งโลก พอเห็นพระพุทธรูปก็

เลื่อมใสศรัทธา พอเห็นพระภิกษุสงฆ์ก็ชอบใจในผ้าเหลือง แต่มองดูจิตของพระภิกษุ ความรู้สึกทางจิตก็ผุดขึ้นทันทีว่า ยังไม่ใช่พระที่แท้จริง ดิฉันก็ประณามตัวเองว่าชอบมองชอบคิดไม่ดีกับผู้อื่น โดยเฉพาะพระสงฆ์ ดิฉันจึงปิดตานอก ตาใน ไม่ยอมมองใครๆ อีก มาทราบภายหลังได้ฝึกมโนมยิทธิกรรมฐานว่าเป็นเจโตปริยญาณ คือ รู้วาระจิตผู้อื่น ดูผู้อื่นแล้ววุ่นวายใจ ดิฉันจึงไม่ดูจิตผู้ใดอีกต่อไป หันกลับมาดูจิตตนเองก็ยังดำและไม่สดใส ทั้งๆที่เป็นเด็กก็หาทางที่จะเรียนรู้โลกทิพย์ที่มีนอกเหนือจากโลกมนุษย์ แสวงหาความรู้ว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านตรัสรู้อะไร สอนคนพ้นทุกข์แบบไหน ครอบครัวดิฉันเป็นครอบครัวที่อบอุ่นมีคุณพ่อ คุณแม่ที่รักเมตตาดูแลลูกอย่างดี พอโตเป็นสาวก็เริ่มกลัวว่าจะมีผู้ชายมายุ่งและขอแต่งงาน เพราะเห็นคนแต่งงานแล้วมีแต่ปัญหาสารพัดทั้งการงานการเงิน ทะเลาะเบาะแว้งปัญหาเจ็บป่วยในครอบครัว จึงไหว้อธิษฐานขอพระผู้ศักดิ์สิทธิ์ทั้งหลายอย่าได้ให้ใครมาสนใจเพราะไม่อยากแต่งงานเรียน จบพยาบาลแล้วพิจารณาดูคนไข้ คนไข้เมื่อหายป่วยจากโรคทางกายยังมีความทุกข์ใจจากปัญหาชีวิต

ดิฉันเริ่มสนใจผู้ป่วยทางด้านโรคจิต ผู้ป่วยโรคจิตที่เราเรียกกัน ที่จริงแล้วเป็นผู้ป่วยทางโรคทางกายทางด้านประสาท ซึ่งแพทย์ปัจจุบันพบว่าหลั่งสารเคมีหลายอย่างในสมองมากน้อยไม่เป็นตามปกติ มีผู้ค้นพบสร้างยาดีๆ ใหม่หลายๆอย่างให้ผู้ป่วยโรคประสาทกิน แต่ก็เป็นการช่วยได้ชั่วคราวพอยาหมดฤทธิ์ก็มีอาการผิดปกติอีก โดยเฉพาะผู้สูงอายุมีอาการผิดปกติเพราะสมองฝ่อหลายโรคยังไม่มียารักษาได้ ซึ่งดิฉันคิดว่าเป็นการรักษาปลายเหตุ ต้นเหตุของการเจ็บป่วยคือ ผิดศีลทำความทุกข์ความเจ็บป่วยให้ผู้อื่นในอดีต ถ้าจะแก้ไขก็ควรจะแก้ไขต้นเหตุ จากการทำบาป โดยการทำบุญทำจิตใจให้สะอาดผ่องใส ผลบุญจะทำให้บาปกรรมโรคภัยไข้เจ็บลดน้อยลงหรือวิ่งตามไม่ทันและไม่มีสิ่งใดมาทำให้จิตใจเป็นทุกข์ทรมานเศร้าหมองได้อีกต่อไป เป็นการแก้ไขตามพระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระชินวรศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

ดิฉันจึงได้คิดว่าผู้ป่วยโรคจิตที่แท้จริงคือคนที่มีความสกปรกมาขังอยู่ในจิตใจคือความคิดเห็นผิดมีมานะคิดว่า ตัวเองถูก ตัวเองดีเลิศ มีโลภ มีโกรธ มีหลง คือมีจิตไม่สะอาดแจ่มใส ไม่เข้าใจในความเป็นจริงของชีวิต เมื่อคนทั้งโลกเป็นโรคจิตคิดเอาตนเป็นใหญ่ ผิดศีลธรรมอันดี ทำให้คนรอบข้างเดือดร้อน คนทั้งโลก

จึงวุ่นวายเพราะ คนในโลกมีจิตวุ่นวายไม่จบสิ้นไขว่คว้าหาความสุขทางกายแต่ไม่มีใครพบความสุขจริง มีแต่เพิ่มความทุกข์ยิ่งขึ้นไป

ย้อนมาเล่าเรื่องของดิฉันต่อไป จบพยาบาลเชียงใหม่ก็หาทางไปเรียนต่อทำงานต่อที่สหรัฐอเมริกาอยู่ Buffalo New York 3 ปี พบเพื่อนแท้ชาวอเมริกันชื่อ แมเรียน ช่วยเหลือ เล่นเที่ยว ทำงาน คุยกัน สนุก ๆ ไม่เบื่อทั้งที่ทำงานและที่บ้านพักด้วยกัน มีแมเรียนช่วยเหลือติดต่อ ช่วยเพราะไปอเมริกาใหม่ๆ ภาษาอเมริกันยังพูดตะกุกตะกัก กล้าพูดเพราะแมเรียนเป็นผู้นำพูด ก็มีความสุขตามประสาคนโสด ดิฉันทำงานด้วยเรียนด้วยเก็บเงินส่งให้คุณพ่อคุณแม่ด้วย คุณพ่อเก็บเงินซื้อที่ดินที่เชียงใหม่ให้ลูกๆ คุณแม่ก็เอาเงินลูกๆ ทำบุญวิหารทาน ธรรมทาน สังฆทาน

ดิฉันย้ายไปทำงานเรียนต่อที่ชิคาโก โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยอิลลินอยส์ แมเรียนก็ติดตามดิฉันไปอยู่ทำงานที่เดียวกันก็ได้พบเนื้อคู่ทั้งคู่แต่งงานพร้อมกันเนื้อคู่ของดิฉันมาแบบแปลกๆ ทั้งๆ ที่ไม่ประสงค์จะแต่งงานพอพบหน้ากันก็รักกันทันที ความรู้สึกของดิฉันสงสารสามี คือ นพ.บุญมี จันทร์ประภาพจับจิตมารู้ตอนหลังจากฝึกมโนมยิทธิกรรมฐานกราบทูลถามสมเด็จองค์พระพิชิตมารบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า สามีของลูกชาตินี้ คือใครกันแน่ เป็นคนดี รักเมตตาดูแลเอาใจใส่ลูกอย่างดี เสียทีนิดเดียวที่คิดว่าตายแล้วสูญจึงไม่สนใจพระศาสดาศาสนาใดๆ ทั้งสิ้นองค์สมเด็จพระศาสดา เมตตา ตอบดิฉันว่า นพ. บุญมี จันทร์ประภาพ อดีตชาติคือบิดาของเจ้า ที่เคยเฝ้าอธิษฐานติดตามที่จะเปลี่ยนจิต เปลี่ยนใจแก้ไขความคิดให้ถูกทางให้มีพระรัตนตรัยประจำใจ มีพระนิพพานเป็นที่ไปในเบื้องหน้า ชาตินี้เจ้าจึงต้องมาเป็นภรรยาเพื่อปราบมิจฉาทิฏฐิของสามีหรืออดีตบิดานั่นเอง

ขณะนี้สามีดิฉันมีพระรัตนตรัย ประจำใจแล้วมีพระนิพพานเป็นจุดหมายปลายทางของชีวิต ลูกชายเบญจ กบิล ก็อยู่ในศีลธรรมจบทำงาน ช่วยตัวเองได้ ดิฉันก็โล่งใจหมดห่วงใย จึงได้ออกทำงานชักชวนคนนอกบ้านเข้าใจนิพพานตามความเป็นจริงเพื่อจะได้หมดเวรกรรมตัดสินใจหมดเยื่อใยในขันธ์ 5 เข้าสู่พระนิพพานในชาติปัจจุบันนี้

ย้อนกลับมาเมื่อดิฉันอายุ 40 ปีล้มป่วยผิดปกติ ทางลิ้นหัวใจสึกหรอเข้าโรงพยาบาลแพทย์ผู้เชี่ยวชาญทางหัวใจพยายามช่วยดูแลรักษาป่วยอยู่สาม

เดือน อาการไม่ดีจึงต้องขอลาแพทย์ไปตายที่บ้านวันใกล้ตาย พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสั่งทางจิตให้เอายาทุกชนิดทิ้งให้หมด ดิฉันทำตามทิ้งยาลงถังขยะทันที เพราะอยากตาย อยู่ไปก็ทรมานทั้งตัวเองและครอบครัว จิตเกาะคำภาวนา นะมะพะธะ นะโมพุทธายะ กับพระพุทธรูปเป็นพระพุทธนิมิต เอาไว้ในอก เพราะกลัวว่าตายแล้วจะไปรับกรรมชั่วในนรก รู้ตัวว่ายังไม่มีความดีพอ

วันที่รู้ตัวว่าธาตุไฟในร่างกายหมดแรงหมดกำลังใจก็ไม่ปรารถนามีชีวิตอยู่ สมองมึนชา นึกอะไรไม่ออก นึกสงสารคุณแม่ คงร้องไห้เพราะลูกตายก่อนแม่ จึงโทรศัพท์ทางไกลจากอเมริกาถึงคุณแม่ที่เชียงใหม่ ไม่ทันจะได้คุยกับคุณแม่ ความแปลกประหลาดมหัศจรรย์ก็เกิดขึ้นทางร่างกาย คือหายป่วยดังปลิดทิ้งโดยฉับพลันทันใด จึงได้แต่มึนงงว่าเกิดอะไรขึ้น ป่วยอยู่แท้ ๆ กลับกลายเป็นลุกทำงานได้ทันที แทนที่จะดีใจกลับเสียดาย น่าจะตายให้หมดเรื่องหมดราว

พอหายป่วย พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน และคณะลูกศิษย์ได้เมตตาไปฝึกมโนมยิทธิให้ ดิฉันได้ฝึกซ้อมอานาปานุสสติกรรมฐานอย่างดีไว้แล้ว ก็ได้ยกจิตออกจากกายไปกราบองค์สมเด็จพระประทีปแก้วเบื้องบนทิพย์พระนิพพานสว่างไสวมีทุกอย่างที่โลกไม่มี ตรงข้ามกับโลกทุกๆอย่าง ได้พบพูดคุยกับคุณพ่อกมล สุทธจิตที่อยู่ชั้นพรหม คุณแม่บัวผัน สุทธจิตมีบุญบารมีมากได้เสวยสุขเบื้องบนพระนิพพาน ท่านทั้งสองบอกดิฉันว่าเป็นเพราะบุญกุศลที่ลูกตั้งใจปฏิบัติธรรมเป็นผลบุญหนุนนำส่งให้คุณพ่อคุณแม่มีความสุขมากอย่างนี้ ดิฉันก็ยังงุนงงไม่ค่อยเข้าใจ เพราะดิฉันไม่เคยคิดไม่เคยรู้ว่าตัวดิฉันมีบุญบารมีอะไร มีแต่ความไม่ดีต้องแก้ไขตลอดเวลา แต่ดิฉันก็มีความสุขใจลึกๆว่าคุณพ่อคุณแม่ผู้มีพระคุณได้เสวยสุขอย่างยิ่งไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

ดิฉันได้พบนรก สวรรค์ พรหม เทวดา พญานาค สัมภเวสีหรือผีในโลกมนุษย์ทั้งอนันตจักรวาล ความสงสัยว่ามีโลกทิพย์ดีกว่าโลกนี้ เมื่อตอนเล็กเป็นความจริง ดีใจที่ได้พบพระผู้มีพระภาคเจ้าแถมมาทราบว่า พระคุณเจ้าพระราชพรหมยานเป็นผู้มีพระคุณยิ่งใหญ่ทั้งเคยเป็นญาติผู้ใหญ่ที่รักเคารพสนิทสนมกับท่านมานานหลายชาติ และเป็นพระอาจารย์ที่ท่านสอนดิฉันให้เข้าใจพระนิพพานได้ ดิฉันฝึกพระกรรมฐานมาหลายสาย หลายสำนัก หลายรูปแบบทุกรูปแบบทุกอาจารย์ทุกสำนักดีทั้งนั้น ที่เป็นพระธรรมคำสั่งสอนที่ถูกต้อง

ของพระบรมศาสดา จะถูกผิดก็อยู่ที่แต่ละบุคคล แต่ละความคิด เราไม่ควรไปตำหนิติเตียนใคร ทุกคนดีทั้งโลก ถ้าจิตใจเราดีเสียแล้วในโลกนี้ ไม่มีใครถูกใครผิด เป็นเรื่องของธรรมชาติจิตคน สัตว์ ผี สัตว์นรก เดิมก็เป็นจิตพุทธะมาก่อน มาหลงผิดคบกับกิเลสตัณหา คือ ร่างกายขันธ์ 5 จึงต้องเวียนว่ายตายเกิดไม่จบสิ้น

สำหรับท่านผู้อ่านใหม่ยังไม่เข้าใจมโนมยิทธิกรรมฐานเป็นวิชาที่พระผู้มีพระภาคเจ้าโปรดประทานให้พุทธบริษัทหมดสิ้นความสงสัยในพระธรรม เพื่อยกระดับจิตให้สะอาดแจ่มใส มีพระนิพพานเป็นที่ไปในชาตินี้ได้ง่ายๆ เพราะพระนิพพานมีความสุขสงบสบายอิสระเสรีตลอดกาล พระนิพพานเป็นสถานบรมสุขถาวรจริงๆ เป็นการหนีจากการเวียนว่ายตายเกิด หนีจากบาปกรรม การปฏิบัติก็ง่ายถ้าท่านมีคุณธรรมดังนี้

1. มีศีล 5 ครบ ศีล 8 ศีล 227 ข้อครบตามศีลที่ท่านตั้งจิตเอาไว้
2. เคารพศรัทธา พระรัตนตรัยด้วยใจจริง คือมีสมาธิภาวนาเล็กน้อย
3. มีความฉลาดรู้ว่าคนเกิดมา แก่ เจ็บ ตาย ไม่มีใครเป็นสุขจริง

ความฉลาดแบบนี้คือวิปัสสนาญาณหรือตัวปัญญา จากนั้นท่านก็ให้หาอาจารย์ผู้แนะนำมโนมยิทธิ อาจารย์ผู้ที่ที่จะฝึกสอนท่านได้ คือใครก็ตามที่ฝึกมโนมยิทธิได้แล้ว สามารถยกจิตเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าเบื้องบนพระนิพพาน มีความมั่นใจในผลการปฏิบัติธรรมของตนเอง พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยานก็โปรดอนุญาตให้ฝึกผู้อื่นต่อ ๆ ไปได้ สถานที่ฝึกมีหลายแห่งหลายจังหวัด มีรายการสถานที่อยู่ท้ายเล่มนี้ ผู้ที่ฝึกสัมผัสพระพุทธองค์ได้ง่ายๆก็ด้วยพระมหาเมตตากรุณาขององค์พระจอมไตรบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าโปรดดลจิตดลใจผู้ฝึกกรรมฐานมโนมยิทธิได้ สัมผัสความเป็นทิพย์ของพระพุทธองค์เบื้องบนพระนิพพาน เพื่อพุทธบริษัทหรือไม่ว่าชนชาติไหนศาสนาไหน พระพุทธองค์ก็ทรงโปรดให้ยกจิตเข้าเฝ้าสัมผัสพระพุทธองค์ได้ง่าย ดิฉันฝึกให้คนอเมริกัน ชาวยุโรปหลายชาติ ตั้งแต่แต่เด็กเล็กถึงคนแก่ ผู้มีวิชาการสูงส่งเป็นทั้งแพทย์ทั้งศาสตราจารย์แถมเป็นชาวคริสต์ก็ฝึกเข้าเฝ้าพระเยซูคริสต์เจ้า พระผู้เป็นเจ้าได้ง่าย มีความมั่นใจในพระศาสนาที่ท่านศรัทธาพระพุทธศาสตร์เป็นสากล เป็นกลางเป็นของจริง สูงส่งก้าวหน้าไกลเกินวิทยาศาสตร์หลายล้านเท่า วิทยาศาสตร์หรือความก้าวหน้าทางเทคโนโลยีดีในโลกนี้

ชั่วคราว แต่ก็ผุพังสลายคือดีไม่นานนักก็ต้องเสียต้องแก้ ซ่อมกันใหม่ถ้าไม่มีเงินก็หาซื้อไม่ได้และไม่พ้นการเวียนว่ายตายเกิด แต่พุทธศาสตร์ทำให้คนดีมีความสุขสบายทั้งในโลกนี้และโลกหน้า ไม่ต้องหาเงินซื้อมีอยู่แล้วในจิตใจพวกเราทุกคนนิพพานมีความสุขตลอดกาล เมื่อจิตเข้าถึงสภาวะพระนิพพาน ในโลกนี้วัตถุเงินทองของนอกกายหลั่งไหลเข้าหาท่านที่มีจิตเข้าถึงสภาวะพระ-นิพพานเอง เพราะผลบุญจากการปฏิบัติเข้าถึงอริยมรรคอริยผลตามทีพระพุทธองค์ทรงสอน ท่านก็มีความสุขทางจิตใจและความสุขทางโลก ทางร่างกายสดชื่นแข็งแรงโรคภัยมีน้อยลง คือรวยทั้งภายในใจ รวยทั้งทางกาย สมปรารถนาทุกอย่าง ยิ่งหมดความอยากก็ยิ่งรวยมาก สังเกตุดูพระอริยสงฆ์ทั้งหลายมีแต่คนหลั่งไหลไปทำบุญกับท่าน

คุณประโยชน์ของผู้ที่ฝึกมโนมยิทธิกรรมฐาน ได้แล้วมีหลายข้อดังนี้

1. เมื่อเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้ารู้สภาวะพระนิพพานมีจริงเป็นสุขยิ่งหมดความสงสัย อวิชชาความไม่รู้หมดไปมีแต่ วิชชาคือ ความฉลาด เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้ง่ายรวดเร็วเรียกว่าปัญญาวิมุติพร้อมด้วยเจโตวิมุติมีอภิญญาสมาบัติเพราะมีจิตเป็นทิพย์สามารถสัมผัสสิ่งที่ตาเนื้อมองไม่เห็นได้

2. ได้เพิ่มพูนความรักเคารพบูชามีความศรัทธาในองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าเมื่อเข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าได้แล้วอย่างใกล้ชิด จิตสะอาดพ้นจากกิเลสตัณหาอุปาทาน อวิชชา เข้าถึงอริยมรรค อริยผล ได้เข้าพระนิพพานง่าย ๆ เรียกว่า ศรัทธาวิมุตติ คือหลุดพ้นทุกข์ได้ด้วยศรัทธาและอภิญญาสมาธิ มีทิพย์จักขุญาณ จิตเป็นทิพย์

3.ผู้ที่ขยันยกจิตออกจากกายเนื้อเข้าเฝ้าองค์พระผู้มีพระภาคเจ้าที่พระนิพพานทุกวัน ทุกเวลาจิตในสภาวะนั้นเป็นฌาน 4 ใช้งานโดยไม่ต้องหลับตานั่งนิ่งๆ ทำได้ตลอดเวลาที่ตื่นอยู่ไม่ว่าจะทำงานหรือพูดคุยกับใครเพราะเป็นการงานทางด้านจิตใจ หมายถึงจิตฝากไว้กับองค์สมเด็จพระจอมไตรบรมศาสดาที่พระนิพพาน ส่วนกายทำงานในทางโลกตามหน้าที่อย่างดีจิตสะอาดปราศจากกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา เป็นจิตของพระอริยเจ้าตั้งแต่พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์ได้ง่ายๆ รวดเร็ว ท่านเรียกว่าหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดด้วย ฌานสมาบัติ คือสมาธิวิมุตติ มีอภิญญาสายเตวิชโชและฉฬภิญโญ

4. บางท่านฝึกมโนมยิทธิ ไม่ได้รู้ไม่ได้เห็นและหลายท่านก็ฝึกกรรมฐานแบบมหาสติปัฏฐานสูตร พิจารณากาย เวทนาจิตธรรม ไม่ต้องการเห็นอะไรทั้งสิ้นและท่านฝึกกรรมฐานแบบพุท-โธหรือแบบพิจารณา อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่เห็นนรก สวรรค์ พรหม พระนิพพาน ถ้าท่านมั่นใจในพระรัตนตรัย ชำระจิตใจให้พ้นจากกิเลสตัณหาอุปาทานท่านก็เข้าถูกทางพระนิพพานได้ง่ายๆ ทั้งๆที่ไม่เห็นผี เห็นเทพพรหม ท่านเรียกว่าจิตหลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดด้วยศรัทธาวิมุต, ปัญญาวิมุต,วิริยะวิมุต,แต่ไม่มีอภิญญาหรือจิตเป็นทิพย์ แปลว่าหลุดพ้นจากทุกข์เข้าพระนิพพานด้วยศรัทธาบารมี ถ้าศรัทธาท่านเต็มเปี่ยม 100%

ปัญญาวิมุตติ พ้นทุกข์ด้วยปัญญารู้ว่าการเกิดเป็นคน สัตว์ เทพพรหมเป็นทุกข์ สุขจริงๆคือพระนิพพาน ไม่สงสัยในพระรัตนตรัย

วิริยะวิมุติ หลุดพ้นด้วยความเพียรละกิเลส ตัณหา อุปาทาน เพื่อพระนิพพานอย่างเดียว

ขอเล่าเรื่องของผู้เขียนต่อไป

หลังจากที่ดิฉันฝึกมโนมยิทธิเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าได้แล้ว ดิฉันก็ได้กำหนดจิตให้สะอาดปราศจากกิเลสความหลงใหลด้วยการเห็นว่าร่างกายดิฉันเป็นทุกข์เป็นโทษแสนสกปรก น่าเกลียด น่ากลัว ไม่หลงรักร่างกายชั่วคราวนี้อีกต่อไป ตัดสินใจขอพระผู้มีพระภาคเจ้า นำจิตลูกเข้าอภิวาทแทบพระบาทองค์พระศาสดาด้วย จิตหรือกายทิพย์ดิฉันขอฝากไว้กับองค์สมเด็จพระจอมไตรศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าตลอดไป จนกว่าร่างกายเน่าเหม็นในโลกมนุษย์จะแตกสลายตายไป เอากายทิพย์จิตทิพย์มองลงมาเห็นทั้งนรก โลก สวรรค์ พรหม ไม่น่าอยู่ ไม่น่ารัก เพราะไม่ถาวรมีแต่ความสูญสลายเป็นวิปัสสนาญาณเพื่อต้องการตัดอวิชชาให้หมดสิ้น จิตทิพย์ที่อยู่เบื้องบนพระนิพพานจะรู้เห็นเข้าใจในพระธรรมคำสั่งสอนขององค์พระพุทธชินวรได้ชัดเจนแจ่มใสมั่นใจในผลการปฏิบัติ ทำได้ทั้งหลับตาและตื่น ทั้งทำงาน พูดคุยกับใครๆ ดิฉันปฏิบัติแบบคนไม่มีเวลานั่งหลับตาทำสมาธิ ไม่มีเวลาหยุดทำ ดิฉันปฏิบัติทางจิต ไหว้พระสวดมนต์ จงกลม เวียนเทียน แผ่เมตตา พิจารณาธรรมทั้งปวง ป้วนเปี้ยนอยู่กับองค์สมเด็จพระทรงสวัสดิ์โสภาคย์ จิตเป็นสุขสดชื่นสบาย ร่างกายก็แข็งแร็ง ป่วยง่ายหายรวดเร็ว การเจ็บป่วยก็เป็นเรื่องกฎแห่งกรรม ผลบุญมหาศาลจาก

กรรมฐานก็ทำให้หายจากโรคภัยไข้เจ็บ อย่างที่ดิฉันได้รอดตายอย่างมหัศจรรย์มาแล้วนั้น

องค์สมเด็จพระศาสดาทรงมีพระเมตตาให้ท่านที่ฝึกมโนมยิทธิได้แล้วสอนคนต่อไป การฝึกผู้อื่นก็คือฝึกฝนตนเองไปด้วยเป็นการแสดงความกตัญญูต่อพระผู้มีพระภาคเจ้าด้วย แล้วให้ยกจิตทุกคนขอประทานพระพุทธอนุญาต ขอฝากกายทิพย์อันน้อยนิดไว้ในพระวรกายองค์สมเด็จพระพิชิตมารบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ขอโปรดประทานดอกบัวบานเป็นแก้วเพชรสดใสเป็นประกายให้พุทธบริษัทนั่งไหว้พระสวดมนต์ นั่งเข้าฌานสมาบัติอยู่ในนั้น เป็นการยกจิตแยกจิตสะอาด ออกจากร่างกายสกปรกเป็นการเตรียมตัวตาย ไม่ประมาท จิตเราก็สะอาดสดใส ส่วนใจที่ยังอยู่ในขันธ์5 ร่างกายในโลกก็จะสุขสบาย เป็นปกติเพราะจิตบนพระนิพพาน ควบคุมใจในขันธ์ 5 ให้มีกาย วาจาใจสงบ ไม่วุ่นวาย จิตมีความนิ่งเฉยเป็นปกติ มีความสุขมีพลังปัญญา พลังสมาธิพลังเมตตามีความสุขสดชื่นเบิกบานทั้งกายใจ

การปฏิบัติทางจิต ไม่เหนื่อยมาก ยุ่งยากเหมือนทำงานทางโลกขอให้ท่านผู้อ่านปฏิบัติเอาเองจะเข้าใจเป็นสุขยิ่งขนาดไหน กายทิพย์ของดิฉันนั่งบนดอกบัวแก้ว ท่าเทพพนมไหว้พระสวดมนต์ อยู่ในท้องพระพุทธองค์โปร่งโล่งใสสะอาดสว่าง กว้างใหญ่ไพศาล มีจิตพุทธบริษัทหลายล้านกายทิพย์ได้เข้าเฝ้าพระผู้มีพระภาคเจ้าอยู่ในนั้น ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าปิดกั้นจิตทิพย์ กายทิพย์ไม่ให้รั่วไหลไปที่อื่น แล้วขอให้พระผู้มีพระภาคเจ้าหมุนดอกบัวเวียนขวา เวียนเทียนเป็นทักษิณาวัตร หมุนตลอดไปให้เร็วที่สุด เพื่อกระแสจิตจะได้มีพลังงานมีประโยชน์แผ่ไพศาลไปทั่วอนันตจักรวาลทั้ง 3 โลกมีนรกโลก มนุษย์โลกเทวโลก แล้วอธิษฐานแผ่เมตตาขอฝากไปกับแสงฉัพพรรณรังสีรัศมี 6 ประการขององค์สมเด็จพระพิชิตมาร มีคุณประโยชน์มหาศาลของการหมุนกายทิพย์อยู่ในพระวรกายนิพพานของพระผู้มีพระภาคเจ้ามีมากมายหลายข้อตามอธิษฐานดังนี้

1. ลูกขอหมุนเวียนขวาเป็นทักษิณาวัตรเป็นการเคารพบูชาอย่างสูงสุดและขออนุโมทนาสาธุกับบุญบารมีขององค์พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์พระปัจเจกพระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ พระอริยสงฆ์ทุกๆ พระองค์ คุณบิดามารดา คุณครูบาอาจารย์ ปวงเทพพรหมทุกๆพระองค์ ด้วยความ

เคารพรักศรัทธาอย่างสูงสุด

2. ด้วยพลังหมุนในพระวรกายทิพย์นิพพานพระพุทธเจ้า ขอเป็นพละกำลังแผ่เมตตาจิต แผ่อุทิศส่วนกุศลให้ไปยังสรรพสัตว์ทั้ง 3 โลกคือ นรกโลก มนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก ให้ไปไกลตามแสงฉัพพรรณรังสีขององค์สมเด็จพระประทีปแก้วบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ใครก็ตามที่สัมผัสฉัพพรรณรังสีของพระพุทธองค์ได้ก็ขอให้ได้รับบุญกุศลของลูกที่แผ่ไปนี้ด้วยทุกๆท่านทั้ง 3 โลก

3. ด้วยพลังหมุนของจิตทิพย์หรือ กายทิพย์นี้ขอให้แรงพลังบุญนี้สลัดตัดกิเลสตัณหา อุปาทาน อวิชชา อกุศลกรรมล้างของสกปรกจากจิตใจให้หลุดหายหมดไปเร็วไว เพื่อจิตสะอาดใสเข้าอริยมรรค อริยผลเป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา ซึ่งจะเจริญรุ่งเรืองก็เพราะมีพระอริยบุคคล พระอริยสาวกมาก

4. ด้วยพลังจิตหรือแรงหมุนของกายทิพย์ของลูกเหล่าพุทธบริษัทในท้องององค์สมเด็จพระพิชิตมารขอปวงหมู่โรคร้ายภัยพาลบาปกรรมอันตราย อย่าได้กล้ำกรายเข้าใกล้วงจรชีวิตของลูกจนกว่าลูกจะเข้าพระนิพพาน บุคคลใดคิดร้ายไม่ดีต่อลูกขอได้อยู่ห่างไกลจากชีวิตลูก ผู้ใดมีจิตศรัทธาในพระพุทธศาสนาขอแรงหมุนนี้หมุนดึงดูดคนดีให้เข้ามาในวงจรชีวิตของลูก เพื่อลูกจะได้ช่วยแนะนำชี้ทางพระนิพพานแบบง่าย ๆ ถูกต้องรวดเร็ว

5. ด้วยแรงพลังจิตทิพย์ที่หมุนเวียนขวานี้ขอให้ลูกมีพลังสติปัญญาเพิ่มด้วยบุญกุศลเอาไว้ตัดขาดขันธ์ 5 รูป นาม 4 มีสังขาร เวทนา สัญญา วิญญาณ ออกจากจิตให้หมดสิ้นไปเร็วไว เป็นการบวชจิตบวชใจแต่ร่างกายเป็นชาวบ้านธรรมดา หมุนเร็วที่สุด เพื่อตัดกายมนุษย์กายเทพ กายพรหม ออกจากจิตให้เป็นกายทิพย์กายพระอริยสาวกเป็น กายธรรม กายนิพพาน เป็นพระอรหัตตผล ได้ชักชวนผู้คนให้เข้าใจในพระนิพพานได้มากที่สุดเท่าที่จะมากได้ในชาติปัจจุบันนี้ เป็นการตอบแทนประเทศชาติ พระศาสนา พระมหากษัตริย์ท่านผู้มีพระคุณทุกท่าน

6. ส่วนขันธ์ 5 ร่างกายที่ยังหายใจอยู่ในโลกมนุษย์นั้นขอพระผู้มีพระภาคเจ้าได้โปรดส่งฉัพพรรณรังสีควบคุมอารมณ์ใจคือ อายตนะ6 มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ประสาททุกอย่างเป็นปกติเพื่อเอาไว้รับใช้พระผู้มีพระภาคเจ้าทำงานเพื่อพระพุทธองค์ ทำงานเพื่อมวลมนุษย์ วิญญาณคน สัตว์ คือมอบร่างกาย

ขันธ์ 5 และจิตใจแด่องค์สมเด็จพระจอมไตรบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าขององค์พระศาสดาท่านได้โปรดทรงเมตตาดูแลและมีพระพุทธบัญชาแล้วแต่พระองค์ท่านจะมีพระพุทธประสงค์จะทรงใช้ลูกทำงานตลอดไป จนกว่าร่างกายจะผุพังแตกสลายตายไป

7. กายทิพย์ของนิพพานของลูกในพระวรกายนิพพานของพระผู้มีพระภาคเจ้าแผ่เมตตาตลอดด้วยการภาวนา

พระคาถาแผ่เมตตาไปทั่ว 3 โลก

นโม พระพุทธสิกขีพระพุทธเจ้า
นโม สรรพพุทธานัง
นโม สรรพธัมมานัง
นโม สรรพสังฆานัง
นโม อิติ อิติ โพธิสัตว์
โอม ฉัพพรรณรังสีพระพุทธเจ้า
โอม ท่านท้าวจาตุรมหาพรหม
โอม ท่านท้าวพยายามราช
โอม ท่านท้าวสักกะเทวราช
โอม ท่านท้าวจาตุรมหาราช
ลูกขออุทิศส่วนกุศลด้วย อิทังปุญญะพะลัง

ผลบุญใดที่ลูกได้สั่งสมมารวมทั้งสวดพระนามพระผู้มีพระภาคเจ้า ลูกขอแผ่บุญกุศลไปกับฉัพพรรณรังสีรัศมีหกประการขององค์สมเด็จพระพิชิตมารศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทุกๆพระองค์

ขอได้โปรดดลบันดาลให้สรรพสัตว์ทั้ง 3 โลกเจ้ากรรมนายเวร ญาติมิตร มีความสุขสำเร็จในชีวิต ได้หลุดพ้นจากภัยพิบัติวักฏสงสาร โดยสิ้นเชิงด้วยพระบารมีมิอาจประมาณลูกขอนอบน้อมนมัสการด้วยจิตใจ ขอให้สรรพสัตว์ทั้ง 3 โลก เจ้ากรรมนายเวรญาติมิตรและจิตลูกสะอาดสว่างสดใส หลุดพ้นไซร้สู่บ้านพระนิพพานพร้อมด้วยบริวารทุกท่านเทอญ สัมปะติจฉามิ สัมปะจิตฉามิ นิพพานสุขัง

จิตดิฉันจะแผ่เมตตาตลอดเวลา แบบนี้เบื้องบนพระนิพพานในพระวรกายขององค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์ที่ 1 คือ สมเด็จ

องค์พระปฐมซึ่งมีพระนามว่า พระพุทธสิกขีบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า จิตของดิฉันไม่ยอมไปไหน จิตเป็นสุขสดชื่นเพราะมีพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระนิพพานอยู่ในจิตใจภัยอันตรายใด ๆ ไม่มาเบียดเบียน ไปทางไหนมีแต่คนรักเมตตา ปรารถนาสิ่งใดๆในโลกก็สมความตั้งใจ มีความรู้สึกว่ารวยทั้งทางโลกและทางธรรม ร่างกายแข็งแรงดี จิตใจไม่ติดในร่างกายลาภยศสรรเสริญเจริญสุขเพราะเห็นชัดแจ้ง แล้วว่าพระนิพพานดีกว่าโลกมนุษย์ โลกสวรรค์ พรหมโลกหลายล้านเท่า ถ้ายังติดใจในทรัพย์สมบัติที่แปรปรวนมีแต่ปัญหาต้องแก้ไขเป็นอนัตตาสูญสลายว่างเปล่าก็แสดงว่าจิตเราไม่ฉลาดเพราะไปยึดติดของสกปรกที่มีแต่ผุพังแตกสลายทั้งโลก หนังสือ "ธรรมประทานพร" ได้ออกมาสู่สายตาพุทธบริษัทก็ด้วยมีพระพุทธบัชญาจากองค์สมเด็จพระประทีปแก้วศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ให้ดิฉันและคณะได้เขียนธรรมะที่ง่าย ๆ สั้นๆ ไม่วกวนให้ทำจิตของผู้เขียนให้สะอาดมีเมตตาสดใสในขณะที่เขียน ผู้ที่ได้อ่านจะมีจิตสว่างสดใสเข้าใจ พระธรรมคำสอนได้ง่ายๆ เพราะพระธรรมไม่ใช่ของยาก การที่จิตจะเข้าพระนิพพานก็ไม่ยาก ทุกคนทุกท่านสามารถเข้าถึงพระนิพพานได้ง่ายๆ ถ้าเข้าใจทางลัดที่จะบรรลุมรรคผลรวดเร็ว ไม่ต้องใช้ศัพท์บาลีเพื่อให้พุทธบริษัทได้เข้าถึงอริยมรรค อริยผลได้ถูกต้องว่องไว พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสให้พิมพ์ให้มากที่สุด แจกจ่ายไปให้เร็วที่สุด ยิ่งมากยิ่งดี ช่วยกันเผยแพร่มากๆยิ่งดี อย่างน้อยใครก็ตามเพียงแต่ได้เห็นรูปพระพุทธเจ้าที่หน้าปกนึกถึงพระพุทธองค์ก็มีบุญไปเกิดที่สวรรค์ได้ จิตเป็นสมาธินึกถึงพระพุทธเจ้าบ่อยๆ ก็ไปพรหมโลก เสวยสุขยิ่งกว่าสวรรค์ จิตไม่ต้องการเกิดเป็นคน เทวดา พรหม ต้องการไปพระนิพพานแล้วนึกถึงองค์พระพุทธศาสดาเป็นพุทธานุสสติกรรมฐาน เป็นกรรมฐานของพุทธจริต ศรัทธาจริต เป็นทางลัดที่จะพ้นทุกข์ได้รวดเร็วและง่ายดายพระพุทธองค์จะมา ปรากฏให้พุทธบริษัทเห็นก่อนตาย จิตสะอาดปราศจากการยึดติดขันธ์ 5 ร่างกายที่เป็นทุกข์ เป็นโทษก็มีพลังที่จะติดตามองค์พระพิชิตมารศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้าถึงพระนิพพานกับองค์พระตถาคตได้ สมกับคำว่า พุทธัง สรณัง คัจฉามิ พระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่งอย่างดียิ่งสำหรับพวกเรา

ดิฉันขอกราบขอบพระคุณมายังท่านผู้ใจบุญทุกท่าน ที่ตั้งใจอ่านและปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนแบบง่ายๆ หนังสือธรรมประทานพร จะไม่ประสบ

ผลสำเร็จถ้าไม่มีผู้อ่านเป็นกำลังใจ คืออ่านแล้วเก็บเอาไปนึกคิดพิจารณาปฏิบัติตามพระธรรม ที่องค์พระตถาคตเจ้าประทานมาให้ทุกท่านที่ได้อ่านพระธรรมเข้าถึงอริยมรรค อริยผล มีพระนิพพานเป็นจุดหมายปลายทางของชีวิตในปัจจุบันและมีความสุขตลอดกาล เช่นเดียวกับพระอรหันต์เจ้าที่หมดจากขันธ์ 5 เข้าพระนิพพานแล้วมากกมาย

ขอบูชาพระคุณความดีของสามีคือ นพ.บุญมี จันทร์ประภาพที่ได้อุปถัมภ์ผู้เขียนและเลี้ยงดูอย่างดีเยี่ยมให้ทุนทรัพย์พิมพ์หนังสือธรรมประทานพรทุกๆเล่ม และยินยอมให้ผู้เขียนเดินทางมาทำงานพระพุทธศาสนาที่ เมืองไทยหลายเดือนในทุกๆปีเป็นการเสียสละล้ำค่า เพราะแม่บ้านไม่อยู่ คุณพ่อบ้านต้องแบกรับภาระมากขึ้นสองเท่า

ขอบูชาพระคุณความดีของท่านผู้อ่าน ท่านผู้มาร่วมงานเผยแพร่ "ธรรมประทานพร" ท่านผู้ส่งเงินมาร่วมทำบุญ และพระคุณเจ้าพระภิกษุสงฆ์ทุกๆท่านได้สนับสนุนให้ความช่วยเหลือในด้านการเผยแพร่พระธรรม ให้ดิฉันมีกำลังใจ กำลังสติปัญญา มีกำลังวิริยะ อุตสาหะ ที่จะทำงานพระศาสนาจนกว่าร่างกายจะแตกสลายในเร็ววัน ความผิดพลาดอันใด ขอท่านผู้อ่านโปรดให้อภัยแก่ดิฉันผู้มีความรู้น้อยด้อยปัญญาและโปรดกรุณาให้คำตักเตือนด้วยก็เป็นพระคุณยิ่ง

ลูกๆเหล่าพุทธบริษัทขอตั้งจิตอธิษฐานด้วย พุทธัง อาราธนาณัง ธัมมัง อาราธนาณัง สังฆังอาราธนาณัง มาตาปิตุ อาราธนาณัง คุณครูบาอาจารย์ อาราธนาณัง เทพไท้เทวาพรหมมา อาราธนาณังและด้วยบุญบารมีทั้ง 10 มีทานบารมี ศีลบารมี เมตตาบารมี อธิษฐานบารมี เนกขัมมะบารมี สัจจะบารมี วิริยะบารมี ขันติบารมี ปัญญาบารมี อุเบกขาบารมี ที่ได้สั่งสมมาในอดีตชาติจนถึงปัจจุบัน ขอบารมีของพระพุทธเจ้าทุกๆ พระองค์ พระปัจเจกพุทะเจ้าๆ พระองค์ บารมีพระธรรม บารมีพระอริยสงฆ์เจ้าทุกๆ พระองค์ พระบารมีของคุณบิดามารดา คุณครูบาอาจารย์เทพพรหมทุกๆ พระองค์ขอบารมีของพระองค์ท่านทุกๆพระองค์ได้ทรงโปรดมารวมตัวช่วยสงเคราะห์ลูกๆ เหล่าพุทธบริษัททุกท่าน ได้เข้าถึงอริยมรรคอรหัตตผล สามารถทำงานชักชวนผู้คนเข้าถึงพระนิพพานให้พระพุทธศาสนาเจริญยั่งยืนยาวนาน แสนนานตามพุทธประสงค์ขององค์สมเด็จพระผู้มีพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

ท้ายสุดลูกๆ พุทธบริษัทกราบขอขมาแต่องค์สมเด็จพระพุทธบิดา พระผู้มีพระภาคเจ้าทุกๆพระองค์ พระธรรม พระอริยสงฆ์ทุกๆพระองค์ คุณพ่อคุณแม่ คุณครูอาจารย์ และเทพพรหมผู้ทรงฤทธิ์ทุกพระองค์ที่ลูกๆ พุทธบริษัทได้กระทำความผิด ด้วยกายกรรม 3 วจีกรรม 4 มโนกรรม 3 คือ กรรมบถ 10 ข้อที่ลูกๆพุทธบริษัทได้มีความผิดบาป มีความประมาทพลาดพลั้งต่อหน้าหรือลับหลัง พระรัตนตรัยด้วยความตั้งใจหรือไม่ได้ตั้งใจก็ดี ด้วยการรู้เท่าไม่ถึงการณ์ก็ดี ด้วยการพูด การเขียน การพิมพ์หนังสือธรรมประทานพรที่ผิดๆตกๆหล่นๆก็ดี ขอองค์สมเด็จพระชินศรีศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า พระธรรม และพระอริยสงฆ์ทั้งหลาย คุณพ่อคุณแม่ คุณครูบาอาจารย์เทพไท้พระพรหมเทวาทุกท่านได้โปรดงดโทษให้อภัยแก่เหล่าลูกพุทธบริษัทตลอดไป จนกว่าพวกลูกๆจะเข้าถึงพระนิพพานในชาติปัจจุบันนี้ด้วยกันทุกท่านเทอญ

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ

ด้วยความเคารพนับถือ

10 South 308 Birnam Trail Willowbrook Illinois 60527 U.S.A

Telepone 630-920-8428

บ้านทิพย์ปฏิบัติธรรม 6 ถนนสันติรักษ์ ข้างวัดสันติธรรม ต.ช้างเผือก อ.เมือง จ.เชียงใหม่ 50300 โทร 053-219-813

Email: Kaysorn@hotmail.com , www.dhammapratarnporn.com

พระพุทธประทานธรรม

โดยพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน

วันที่ 9 กรกฎาคม 2535 วันนั้น หลวงพ่อป่วยหนักด้วยมีอาการไข้ซ้อนท้องเสีย ปรากฏมีอารมณ์ฟุ้งซ่าน อารมณ์มืดไม่สามารถไปพระนิพพานได้ มีอาการอย่างนี้อยู่ 2-3 วัน ต่อมาเมื่อวันที่ 14 กรกฎาคม 2535 จิตเริ่มโปร่ง ไข้ลดตัวลงจึงไปเฝ้าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่ประทับที่พระนิพพาน กราบทูลถามว่า

ภันเต ภควา ข้าแต่องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้เจริญ พระพุทธเจ้าข้า อารมณ์ฟุ้งไม่สามารถจะมองเห็นนิพพานได้ไม่สามารถจะไปนิพพานได้อารมณ์อย่างนี้ ถ้าตายจะพลาดนิพพานหรือไม่พระพุทธเจ้าข้า

องค์สมเด็จพระจอมไตรบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสว่า

ภิกขุ ดูก่อนภิกขุ จิตมีสภาพจำ ถึงแม้จะไม่คิดถึงนิพพาน แต่อารมณ์เจาะจงพระนิพพาน ของจิตมีอยู่และถ้าเธอตายเวลานั้น ก็ไม่พลาดนิพพานได้ต้องมานิพพานแน่นอน พระพุทธองค์ตรัสอีกว่า เรื่องของจิตให้เกาะพระนิพพานเป็นอารมณ์ ถึงแม้จะอยู่ในโลกมนุษย์ข้างล่างก็ดี อยู่ข้างบนสวรรค์พรหมก็ดี ยามปกติทำงานอยู่ก็ตาม ให้จิตถือไว้ว่า เราต้องการพระนิพพานไว้เสมอ ถ้าจิตต้องการนิพพานไว้เป็นปกติอย่างนี้ ถึงแม้ว่าอาการป่วยจะทำให้จิตมัวไปบ้าง จิตไม่เกาะนิพพาน แต่ว่าจิตมีสภาพจำ จิตสามารถจะไปนิพพานได้ทันทีเมื่อออกจากร่างองค์สมเด็จพระสวัสดิโสภาคย์ พระพุทธกัสปะพระพุทธเจ้าได้ตรัสให้พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยานมาบันทึกเสียงบอกบรรดาลูกศิษย์ลูกหาลูกหลานทั้งหลาย ที่ตั้งใจทำบุญกับหลวงพ่อดังนี้ว่า

แต่ละคนมีวิมาน ที่คุณพูดนะยังพูดไม่ครบถ้วนนะ คุณต้องบอกเขาซิบอกทุกคนที่เป็นบริษัทของคุณนะ ว่าเขามีวิมานแก้ว 7 ประการ ด้วยกันทุกคนแล้วเป็นอย่างต่ำ ถึงแม้ว่าใครเขาทำ จะบุญมากก็ตาม จะทำบุญน้อยก็ตาม แต่ที่ว่าทำทำไปด้วยศรัทธาแท้ ไม่ใช่ว่าจำใจทำนะ หมายความว่า บริษัทของคุณน่ะที่เขาเลื่อมใสในคุณจริง ๆ มีการเลื่อมใสในการที่คุณนำเอาพระธรรมคำสั่ง

สอนมาบอกเขา แล้วก็แนะนำเขาให้ทำในสิ่งที่เป็นประโยชน์แล้ว เขามีความเลื่อมใสจริง ๆ มีความมั่นใจในคุณจริง ๆ เขามีวิมานแก้ว 7 ประการหมดแล้ว เป็นวิมานอันดับ 2 สำหรับวิมานอันดับ 1 นั้น มันเป็นวิมานแก้ว 9 ประการ ความผ่องใสของวิมาน ย่อมแตกต่างกันด้วยอำนาจของบุญบารมี คือ กำลังใจในพระพุทธ พระธรรม พระอริยสงฆ์ แตกต่างกัน แต่ก็ควรจะบอกเขาว่า วิมานแต่ละวิมานมีความสดสวย ความน่ารื่นรมย์ทั้งนั้น เขตวิมานแต่ละวิมานนะกว้างใหญ่ไพศาล มีที่อยู่เป็นสุขสบาย มีความเลื่อมสวยสะอาด วิจิตรตระการตา ความงามของวิมานนะพรรณนากันไม่ถูก ให้เธอกลับลงไปบันทึกเสียงเข้าไว้ บอกว่าตถาคตว่าอย่างนี้

ให้ลูกหลานของเธอทุกคน หรือบริษัทของเธอทุกคนเขาตั้งใจไว้อย่างที่ฉันพูดนะ การจะไปสวรรค์ก็ดี ไปพรหมโลกก็ดี ไปนิพพานก็ดี เป็นของง่ายไม่ใช่ของยาก ไม่ใช่ยากอย่างนักปราชญ์ ในโลกเขาพูดกันในเวลานี้ เวลานี้บรรดานักปราชญ์ในโลกเขาพูดกัน นักปราชญ์ทั้งหลายนิยมความยาก สิ่งไหนก็ตามที่มันยากเขาถือว่ามันดี เป็นแบบฉบับที่ถูกต้อง แต่ว่าฉันเห็นว่านั่นไม่ถูกต้องตามคติของฉัน การสอนธรรมะหรือพูดธรรมะให้คนเข้าใจง่าย ๆ นั่นดีและก็วิธีปฏิบัติเพื่อผลที่จะพึงได้ ให้ง่ายที่สุดนั่นแหละดี และก็วิธีปฏิบัติง่ายที่สุด ได้ผลมากที่สุด ได้รวดเร็วที่สุดอันนี้ดีกว่า ดีกว่าหาวิธีการสอนให้มันยากที่สุดแล้วได้ผลน้อยที่สุดอย่างนี้ไม่ดี ไม่ใช่ความประสงค์ของฉัน

สัมพเกสี เตือนบริษัทและลูกหลานของเธออย่างนี้นะว่าให้ทุกคนรู้ตัวแล้วว่า มีวิมานอยู่บนสวรรค์ชั้นกามาวจรเมื่อเวลาที่เขาจะทำความชั่วอะไรมาก็ช่างเถิด เวลาก่อนนอนให้นึกถึงความดีที่ทำไว้ ขึ้นชื่อว่าความชั่วทั้งหลายอย่าคิดถึงมัน ปล่อยมันไป คิดนึกถึงแต่ความดีแล้วเอาใจนี่จับไว้ว่า นี่เรามีวิมานแก้ว 7 ประการ ไว้บนสวรรค์ชั้นกามาวจรแล้ว เวลาเราตายเราจะไปอยู่วิมานนั้น ถ้าเวลาป่วยไข้ไม่สบาย ไม่ต้องเอาอะไร นึกถึงคุณพระรัตนตรัย คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ จะนึกถึงพระพุทธเจ้าก็ได้ พระธรรมก็ได้ พระสงฆ์ก็ได้ สิ่งก่อสร้างก็ได้ อย่างใดอย่างหนึ่งไว้ในใจแล้วก็ตั้งใจว่า เราจะไปอยู่วิมานของเราที่มีอยู่แล้ว ตั้งใจเพียงเท่านี้นะ ถ้าตายเขาจะถึงสวรรค์ชั้นกามาวจรทันที

ทีนี้คนไหนต้องการจะไป พรหมโลก ก็เป็นของไม่ยาก สัมพเกสีให้

เขาสร้างความดี คืนหนึ่งก่อนนอน 10 นาที ตอนกลางวันจิตมันอาจจะเลว เอาดีกันตอนกลางคืน นั่งนับลมหายใจเข้าออกก็ตาม นั่งก็ได้ นอนก็ได้ ยืนก็ได้ นับลมหายใจเข้าออกก็ได้ หรือจะนึกถึงพระกรรมฐานกองใดกองหนึ่ง เพียง10 นาที ให้รู้ลมหายใจเข้าออก หายใจออกเท่านี้ก็พอ เวลาตายแล้วเป็นพรหมแน่ ทีนี้คนไหนต้องการจะไปพระนิพพานก็เป็นของไม่ยาก สัมพเกสี ให้เขาคิดเห็นว่า โลกทั้งโลกนี้ไม่มีอะไรที่เราชอบ ไม่มีอะไรที่เรารัก เราไม่รักอะไร เราไม่ชอบอะไรในโลกนี้ แม้แต่ร่างกายของเราเอง เราก็ไม่ชอบ ไม่รัก เพราะมันเต็มไปด้วยความทุกข์ เต็มไปด้วยความทรมาน แล้วให้ใคร่ครวญหาความจริงในโลกนี้จะเป็นสิ่งมีชีวิตก็ตาม มันมีสภาพคงตัวได้ตลอดกาลหรือเปล่า ถ้ามันมีการเปลี่ยนแปลงมีการสลายตัว ก็ถือว่านี่โลกทั้งโลกหาความดีไม่ได้ แล้วก็หันเข้ามาคิดถึงกายของตัวว่า กายของเราเองนี่มันยังจะตายยังจะพัง เรายังปรารถนาอะไรภายนอกอีก เราไม่ต้องการ เราจะไปพระนิพพาน เขาคิดเท่านั้นเพียงคืนละ 10 นาทีนะ สัมพเกสีนะ ลูกหลานของเธอทุกคนพ้นนรกหมด พ้นอบายภูมิทั้ง 4 คือ นรกเปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน อย่างน้อยก็ไป กามาวจรสวรรค์ อย่างกลางก็ไปพรหมโลก อย่างดีก็ไปพระนิพพาน ให้ลูกหลานทุกคนจำไว้แล้ว ทำตามง่าย ๆแบบนี้

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงแนะนำให้บรรดาพุทธบริษัทผู้ปรารถนา จะเข้าถึงฌานสมาบัติและทรงมรรคผลให้ทุกคนแผ่เมตตาจิตไปในทิศทั้งปวงเสียก่อน ในอันดับแรก ก่อนที่เราจะทรงจิตเป็นสมาธิ ก็ตั้งใจแผ่เมตตาจิตและกรุณาความสงสารไปในทิศที่ครอบจักรวาลทั้งหมด โดยกำหนดจิตไว้เสมอว่า เราจะเป็นมิตรกับคนและสัตว์ทั้งหมด เราจะสงเคราะห์คนและสัตว์ที่ได้รับความทุกข์ยากให้มีความสุขตามฐานะกำลังของเรา จะไม่มีความโกรธ ความพยาบาท ไม่มีความเคียดแค้น มุ่งประทุษร้ายใคร ถ้าอารมณ์จิตของเราตั้งอยู่ในพรหมวิหาร 4 ตลอดเวลา ศีล 5 ก็ครบบริสุทธิ์ เรื่องสมาธิจิตหรือวิปัสสนาญาณ เรื่องฌานสมาบัติ เป็นของง่าย เรื่องเล็กจริง ๆเพราะฌานสมาบัติจะทรงขึ้นได้และศีลบริสุทธิ์ได้ ก็เพราะความเยือกเย็นของจิต จิตไม่เร่าร้อนไม่กระสับกระส่ายไม่โหดร้าย ใจเป็นสุขอารมณ์ดี เป็นกุศลคือความฉลาด

พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน วัดท่าซุง ได้ถามเมื่อยก

จิตไปคุยกับพระอรหันต์เบื้องบนพระนิพพาน

ถาม อารมณ์พระนิพพาน เป็นอย่างไรใครตอบได้

ตอบ คือพระที่ท่านเข้าพระนิพพานได้แล้วนั่นแหละทรงตอบ

คือท่านแม่พรรณวดีศรีโสภาค ได้เข้าพระนิพพานแล้วได้เมตตาตอบดังนี้

ที่พระนิพพานไม่มีอารมณ์อะไรเหลืออยู่แล้ว อารมณ์อย่างคนไม่มี อารมณ์อย่างเทวดาไม่มี อารมณ์อย่างพรหมไม่มี จะมานั่งห่วงว่าคนนั้นจะแก่คนนี้จะป่วย ห่วงคนนั้นจะหิว ห่วงว่าคนนั้นจะเหนื่อยก็ไม่มี มันไม่มีอะไรจะห่วงทั้งหมด อารมณ์มันเฉยๆ ถึงจะเป็นลูกพี่ เป็นน้องสามี ภรรยา อารมณ์เดิมมันก็ไม่มี แต่ความเนื่องถึงกันในอดีตนั่นเป็นเรื่องธรรมดา แต่ว่าขึ้นบนนิพพานแล้วอารมณ์มันปล่อยหมด เพียงแต่ว่า พันธะยังมีอยู่นิดหนึ่ง คือห่วงพวกที่ยังไม่เป็นอรหันต์ แต่ห่วงแล้วจิตก็ไม่ไปทุกข์หรอก มีกังวลอยู่นิดเดียวว่า ทำอย่างไรเขาจึงจะเป็นอรหันต์ จะหาวิธีใดที่จะให้เขามานิพพานได้

ถาม สมมุติว่า ถ้าบุคคลที่เนื่องถึงกันเขามีกำลังไม่พอที่จะมานิพพานได้ละจะมีกังวลไหม

ท่านแม่ตอบว่า ไม่มีกังวลเพราะรู้ว่ากำลังเขาไม่พอ เราอยู่ที่นิพพานก็ไม่มีกังวล เราก็จะมีทางอย่างเดียวว่าชี้แนว แนะแนว เพื่อความเข้าใจ เวลาที่จิตเขาเป็นทิพย์ จะสร้างความเข้าใจให้เกิด ว่าการจะเป็นพระอริยเจ้าเบื้องสูงคือพระอรหันต์น่าจะทำยังไง ช่วยให้เขาเกิดอารมณ์ความรู้สึกเอง

ท่านแม่ได้ย้อนถามพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยานที่พระนิพพานว่า

ถาม ท่านขึ้นมาอยู่บนนิพพานนี้มีกังวลไหม

ตอบ หลวงพ่อได้ตอบว่า ฉันจะไปกังวลอะไร ฉันอยู่ในเมืองมนุษย์ฉันยังไม่กังวลเลย

ท่านแม่พรรณวดีศรีโสภาค ทรงถามอีกว่า มานิพพานนี่ห่วงใครบ้างหลวงพ่อ ตอบว่า ตัวฉันยังไม่ห่วงแล้วฉันจะห่วงใครล่ะ

ขณะนั้นองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ซึ่งประทับเป็นประธานอยู่ด้วยทรงตรัสว่า

ถูกตัวคุณ คุณไม่ห่วงและคำว่าห่วงจริง ๆ มันก็ไม่มี แต่ทว่าพระหรือคนก็ตาม ถ้าทำอารมณ์จิตดีถึงที่สุดได้ ก็อย่าลืมว่าถ้าขันธ์ 5 มันยังมีอยู่ ภาระก็ยังมี นี่เราไม่ห่วงจริง แต่เราก็ต้องทำงานตามหน้าที่ ฉะนั้นความหนักในขณะที่ยังทรงขันธ์ 5 มันจึงยังมีอยู่ แต่ทว่าจิตที่ยังทรงขันธ์ 5 อยู่ควรจะทำอารมณ์ให้เบา เหมือนกับที่มาอยู่ที่นิพพาน ทำยังไงก็ว่าคาถาไว้ว่า ช่างมัน ช่างมัน ช่างมัน ชั่งจนกระทั่งน้ำหนักที่ชั่งเบาเหมือนชั่งอากาศ

องค์สมเด็จพระทรงสวัสดิ์โสภาคย์ทรงอธิบายต่อไปว่า

ขณะที่จิตยังมีขันธ์ 5 ทรงอยู่ ให้ทำจิตเหมือนอยู่กับที่นิพพาน แต่ทว่ากิจที่จะต้องทำก็คือ ภาระเกี่ยวกับขันธ์ 5 ถือว่าเราทำเพื่อมันทรงอยู่เพราะมันยังไม่จบ แต่อย่ามีอารมณ์กังวล มันอยากกินก็ให้มันกิน มันอยากถ่ายก็ให้มันถ่ายอุจจาระ ปัสสาวะ มันอยากนอนก็ให้มันนอน ทำสภาวะเหมือนกับว่า ร่างกายเป็นเสือตัวร้ายที่เราเลี้ยงไว้ แต่จิตเรากำลังจะกระโดดหนีเสือ แต่มันยังกระโดดหนีไม่ได้ เมื่อเราอยู่กับเสือ ก็มีความรังเกียจเสือ เราให้มันกินเพราะความจำใจ แต่เนื้อแท้จริงๆ เราไม่ต้องการมันเลย แล้วพระพุทธองค์ทรงสรุปอีกว่า

ให้พยายามรักษากำลังใจที่ว่า ที่เราทรงขันธ์ 5 อยู่ให้เหมือนกับว่า เราละขันธ์ ไปอยู่ที่นิพพานคือ อย่าให้มีอารมณ์ยุ่ง หน้าที่ก็ให้มันเป็นหน้าที่ จิตจงอย่ายุ่ง ทำทุกอย่างเพื่อเราละ โลกนี้ เทวโลก พรหมโลก เหมือนพยัคฆ์ร้ายที่คอยทำอันตรายเรา เราต้องการอย่างเดียวคือพระนิพพาน

องค์สมเด็จพระจอมไตรโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าองค์พระปฐมทรงโปรดสั่งพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยานมาบอกพุทธบริษัททุกท่านว่า ให้ทุกคนไหว้พระในตัวเอง คือไหว้จิตใจตนเองที่สะอาดฉลาดสดใสเบิกบานด้วย ทาน ศีล เมตตามีพระพุทธเจ้าพระนิพพานในใจ มองทุกสิ่งทุกอย่างในโลกเป็นของแปรปรวนเปลี่ยนแปลง มีปัญหาต้องแก้ไขและสูญสลายไปในที่สุด จิตที่ไม่เกาะหลงใหลทุกอย่างในโลกจิตมุ่งเข้าพระนิพพานในชาตินี้คือ จิตเป็นพระที่แท้จริง ทำจิตของตัวเราเองให้เป็นพระให้ได้ก่อนดีกว่าไปเสาะแสวงหาไหว้พระนอกกายร่างกาย คือให้ทุกท่านทำจิตใจให้ใสสะอาดเป็นพระอรหันต์ คือ บอกเกณฑ์ว่างของอารมณ์ท่าน บอกว่าให้พุทธบริษัทนึกตามที่หลวงพ่อพระราชพรหมยาน นึกครั้งแรก คือนึกถึงองค์

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทะเจ้า แล้วไปถึงพระนิพพานให้จิตรวมกันนั่งนึกนอนนึกสัก 1 ชั่วโมง ถ้ามันรวมจิตนั้นได้สัก 3 นาที ข้าว่ามีผลบุญมากกว่าที่ลูกหลานจะเกณฑ์พระนอกมาบูชา คนพวกนี้มันชอบบูชาพระนอกกาย มันไม่ชอบทำใจตนเองให้เป็นพระ พระนอกกายเขาอุ้มเราไปนิพพานได้เมื่อไหร่ พระในกายคืออารมณ์จิตสะอาดเท่านั้นที่จะพาพุทธบริษัทไปนิพพานได้ ให้พุทธบริษัทคิดอยู่เสมอว่าร่างกายคนสกปรกเป็นคนละส่วนกับจิต ร่างกายเป็นซากศพเดินได้พูดได้ ตายเมื่อไหร่จิตเราจะไปพระนิพพานทันที ทำเพียงเท่านี้ใจมันจะเกาะติดพระนิพพานอย่างไม่รู้ตัว แกคือพระคุณเจ้าหลวงพ่อพระราชพรหมยานเริ่มทำ 3 วัน ถอดจิตไปพระนิพพานได้ พวกศิษย์ของหลวงพ่อฯ ทำกันบ้างไม่ทำกันบ้าง พอจะตายนึกถึงพระพุทธเจ้านึกถึงพระนิพพาน ข้าจะมาให้เห็นปั๊บเดียว พอคนจะตายเห็นข้า มันก็มีจิตเกาะติดข้าก็ไปพระนิพพานกันได้ทุกคน

หลวงพ่อได้กราบทูลถามองค์สมเด็จพระบรมโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าว่า แล้วองค์สมเด็จพระศาสดาจะมาให้เขาเห็นก่อนตายหรือพระพุทธเจ้าข้า องค์พระพุทธสิกขีทศพลทรงตรัสตอบว่า

<u>เออ ข้าตั้งท่ามานานแล้ว</u>!!!

วิธีตัดอวิชชา ทำได้ง่ายๆอย่างนี้คือ

อวิชชา แปลว่าไม่รู้ตามความเป็นจริงว่าโลกนี้แปรปรวนมีแต่ปัญหาต้องแก้ไขเป็ทุกข์เสื่อมสลายไปในที่สุด เราก็ตั้งจิตคิดใหม่ตามความเป็นจริงของชีวิตคนทั้งโลกว่า ไม่มีใครเป็นสุขจริง สุขไม่ถึงชั่วโมงก็เริ่มทุกข์ใหม่ ทุกข์มี 90% สุขมีเพียง 5% ไม่สุขไม่ทุกข์อีก 5% ตัดอวิชชาออกจากจิตก็คิดไว้ว่าเราไม่ต้องเกิดเป็นมนุษย์ เกิดเป็นเทวดา พรหม เพราะเป็นแดนสุขชั่วคราว เราไม่พอใจไม่ชอบใจทั้ง 3 โลก คือ มนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก จิตใจเรามุ่งมั่นทำความดีทางกาย วาจา ใจ เพื่อพระนิพพานอย่างเดียว

ธรรมโอวาทจากทิพย์นิพพาน

โดยเกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ

ชีวิตนี้มีคุณค่าอย่าปล่อยเวลาให้ไร้ประโยชน์ ด้วยการมัวเมาติดใจหลงใหลในกายเรากายเขา ซึ่งเป็นของสมมุติมันจะทุกข์หนัก

ชีวิตนี้มีคุณค่ามหาศาล ด้วยการปฏิบัติภารกิจในชั่วชีวิตน้อยนิดของความเป็นคนให้ครบ จบหน้าที่ของความเป็นคนก็ไปเสวยสุขเบื้องบนพระนิพพาน

1. ทุกคนทุกศาสนามีหน้าที่ปฏิบัติบูชาพระบรมศาสดาของท่าน ด้วยการไม่ทำชั่วผิดศีล5ข้อ ทั้งกาย วาจา ใจ มีเมตตาช่วยเหลือเพื่อนร่วมโลก ทำจิตสะอาดสดใสเบิกบาน ไม่วิตกกังวลฟุ้งซ่านเรื่องอดีต อนาคต

2. ทุกคนทุกศาสนามีหน้าที่ตอบแทนท่านผู้มีพระคุณ บิดามารดา คุณครูบาอาจารย์ ประเทศชาติ ศาสนาพระมหากษัตริย์ ด้วยการทำบุญให้ทาน ทำหน้าที่ตามที่โลกแต่งตั้ง จะเป็นหญิงเป็นชายเป็นพ่อค้า เป็นสามี ภรรยา เป็นลูกเป็นเพื่อน เป็นครู เป็นแพทย์ พยาบาล เป็นทหาร ตำรวจ ก็เป็นของสมมุติชั่วครู่ ชั่วคราว อย่าละทิ้งหน้าที่ทำให้ดีที่สุด

3. แถมอีกนิดทำจิตใจให้ฉลาดสะอาดอยู่เสมอ ด้วยการคิดเอาไว้ตามความเป็นจริงตลอดเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ว่า โลกนี้ทั้งโลกไม่มีอะไรที่เรารักเราชอบ ข้าวของเงินทอง ลาภยศสรรเสริญ มีมามีไป ความสุขกายใจก็ไม่ถาวรตลอดชีวิต แม้แต่ร่างกายเราเองก็แสนสกปรกรกรุงรัง ต้องทำความสะอาดทุกวัน เหม็นร่างกายเราเองทุกวัน ทั้งหิวทั้งเหน็ดเหนื่อย ร้อนหนาว เจ็บปวด ทรมานร่างกายทุกวัน แล้วร่างกายเราก็จะผุพังสลายตายไป เรายังปรารถนาอะไรภายนอกร่างกายที่สูญสลายในที่สุดอีกเล่า

กำหนดจิตคิดเอาไว้ว่า โลกนี้ทั้งโลกไม่มีความหมายกับจิตของเรา ร่างกายที่เหม็นเน่านี้ตายเมื่อไร จิตเราจะขอขึ้นไปกราบเฝ้าองค์พระผู้มีพระภาคเจ้าที่แดนทิพย์นิพพาน

ตั้งใจคิดเอาไว้แบบนี้เพียงคืนละ 5-10 นาที ก่อนหลับเป็นทั้งสมาธิและวิปัสสนาญาณ ก่อนตายใจท่านเป็นสุขแน่ ตายไปก็พ้นจากอบายภูมิคือ นรก

เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน อย่างน้อยอย่างต่ำท่านไปเป็นสุขบนสวรรค์ อย่างกลางท่านไปเป็นสุขนานแสนนานบนพรหมโลก อย่างเก่งอย่างมากจิตท่านติดตามองค์สมเด็จพระพิชิตมารศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้าสู่พระนิพพาน มีความสุขอิสระเสรีจากบาปกรรมจากการเวียนว่ายตายเกิด มีความสมปรารถนาทุกประการสามารถที่จะมาช่วยลูกหลานในโลกมนุษย์ก็ด้วยการดลจิตดลใจให้ทำความดี มีทาน ศีล ภาวนา สุขสดชื่นตลอดกาลพระนิพพานทุกท่านเทอญ

จงทำจิตให้สว่างสดใส ดังดอกบัวสดชื่นสะอาดเปล่งปลั่งเบิกบาน จิตของคนแม้จะอยู่ในขันธ์ 5 ซึ่งเต็มไปด้วยเลือดเนื้อ เหม็นคาวเหม็นเน่า จิตก็ยังคงบริสุทธิ์ ผ่องแผ้วเบิกบาน จิตคนก็เป็นเช่นดอกบัวที่ไม่เปรอะเปื้อนโคลนตมน้ำขุ่นฉันนั้นจงอธิษฐานให้กายหยาบหรือขันธ์ 5 จงหายไปจากจิต ฝากจิตไว้กับองค์พระผู้มีพระภาคเจ้าเบื้องบนพระนิพพาน ผู้ที่ไม่ได้มโนมยิทธิก็อธิษฐานขอพระพุทธรูปมาประทับในหัวสมองหรือขอท่านประทับในอกก็ได้แล้วขอดวงจิตเป็นแก้วใสแววววับอยู่ในท้องของพระพุทธรูปอีกทีเอาจิตมองพระพุทธนิมิตที่กำหนดเอาไว้ในสมองหรือในท้องหรือจะเอาไว้ทั้ง 2 องค์ทั้งในศีรษะ ในท้องด้วยยิ่งดี มองดูด้วยจิตไม่ใช่ด้วยตา มองครั้งใดขอให้เห็นดวงจิตของเราสดใสเป็นแก้วแวววับเหมือนกับพระพุทธรูปนั้น

การปล่อยวางขันธ์ 5 ออกจากจิตทำอย่างไร?

1. ปล่อยอารมณ์จิตที่เกาะร่างกายเสีย โดยคิดว่า จิตเราไม่มีความห่วงใยในชีวิต ไม่สนใจร่างกาย แม้ว่าเรามีร่างกายจิตก็คิดว่า มีก็เหมือนไม่มีเพราะร่างกายตายแน่นอน

2. จิตเราไม่มีกังวลกับชีวิตร่างกายเราเอง ไม่ห่วงใยเป็นกังวลกับชีวิตร่างกายของบุคคลอื่นและวัตถุธาตุใดๆ ทั้งหมด

3. ร่างกายขันธ์ 5 รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัสทางกาย อารมณ์ทางใจ สุขๆ ทุกข์ๆ ทางกาย เป็นของมาทีหลัง เราต้องกำจัดอารมณ์ทางร่างกายด้วยการให้จิตรู้เท่าทัน รู้แล้วละวางปล่อยสลัดออกจากจิตเพราะเป็นของชั่วครู่ชั่วคราว สุขจริงประมาณ 1 ชั่วโมง แล้วก็เริ่มทุกข์ใหม่ สลัดอารมณ์ต่าง ๆออกจากจิตให้หมดเพราะไม่ใช่ของจริงเป็นของแปลกปลอมทั้งสิ้น

4. เพียรกำหนดรู้ลมหายใจเข้าๆออกๆแล้วนึกถึงพระผู้มีพระคุณยิ่งที่-

ท่านชี้ทางแสงสว่างความสุขที่แท้จริงของจิตใจเรา คือ เมืองทิพย์พระนิพพาน ภาวนา พุท-โธหรือนโมพุทธายะหรือสัมมาอรหัง หรือ นะมะ พะธะ หรือ อิติปิโสดีทั้งนั้นเป็นพุทธานุสสติกรรมฐานและอานาปานสติกรรมฐานเป็นกุศลใหญ่ จิตจะไม่กังวลสนใจร่างกายขันธ์ 5

5. ผู้ที่ฝึกมโนมยิทธิได้แล้วก็ขอฝากจิตกายทิพย์ไว้กับองค์สมเด็จพระจอมไตรศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเบื้องบนพระนิพพานไว้ตลอดไปเป็นการแยกจิตที่สะอาด ออกจากร่างกายขันธ์ 5 ที่สกปรกคือการปล่อยวางขันธ์ 5

6. เมื่อปล่อยวางขันธ์ 5 ได้กิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชาก็หมดไปเอง เพราะจิตคนนั้นที่มีกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา เริ่มต้นก็เพราะไปยึดติดกับร่างกายเราร่างกายเขา ดังนั้นจึงไม่ควรสนใจโลกธรรม 8 ลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุขทางโลก เพราะเป็นของปลอมทั้งนั้น

มโนมยิทธิเป็นกรรมฐานอภิญญาเล็ก ถูกกับจริตของคนทั้ง 6 จริตคือ ราคะจริต โมหะจริต ศรัทธาจริต โทสะจริต พุทธจริต วิตกจริต ใครมีจริตอันใดก็มาทำกรรมฐานมโนมยิทธิได้หมด เพราะเป็นกรรมฐานกลาง ๆ เจ้าควรจะรู้กรรมฐานนั้นๆ ถูกกับจริตอารมณ์ของเจ้าหรือไม่ คนที่ได้มโนมยิทธิก็เท่ากับได้ของชำร่วยไปแล้วคือ อภิญญาไม่ต้องไปขวนขวายให้มาก อภิญญาเป็นของเล่นธรรมดาจะเอาคืนไปเมื่อไรก็ได้ ถ้าใช้มโนมยิทธิผิดมันก็บาป มโนมยิทธิก็เสื่อมสูญ ถ้าใช้ถูกคือใช้เพื่อตัดกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา ก็เป็นทางลัดตัดตรงเป็นพระอริยเจ้าเข้าพระนิพพานได้รวดเร็ว

มโนมยิทธิเป็นวิชาที่พระผู้มีพระภาคเจ้าเบื้องบนพระนิพพานส่งลงมาให้พวกเจ้ากัน ไม่ใช่ว่าจะมีกันเองโดยธรรมชาติทุกคน ใครทำดีพระเบื้องบนท่านก็ประทานให้ แต่ต้องให้ดีเสมอต้นเสมอปลาย คนทำชั่วผิดศีล 5 ข้อ ยากนักจะเข้าถึงธรรมและมโนมยิทธิอภิญญาทั้งปวงไม่ได้หรอก จิตผ่องใส จิตผ่องใส เจ้าทำจิตให้ผ่องใสด้วยการปล่อยวางขันธ์ 5 โลกธรรม 8 รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส เป็นของชั่วครู่ มีมา มีไป ปล่อยวางทางกายเขา กายเรา คือไม่เอาจิตใจไปคิดไปแส่ส่ายสนใจเรื่องของโลก ลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทางร่างกายเป็นของชั่วคราวไม่ใช่ของจริง ไม่ต้องไปสนใจเรื่อง กาย เขากายเราของสกปรกทั้งนั้น

ผู้ที่จะบรรลุธรรม หากไม่ผ่านการพิจารณาร่างกายเป็นโทษเป็นทุกข์ เป็นของเหม็นคาว เหม็นเน่า เป็นซากศพพูดได้เดินได้แล้ว ก็ไม่มีวันที่จะเข้าใจธรรม ไม่มีวันพบกับความสุขที่แท้จริง ไม่พบพระนิพพานในจิตใจ ทุกคนต้องผ่านการวิจัยวิเคราะห์เรื่องร่างกาย เป็นของใครกันแน่ ร่างกายเป็นของธรรมชาติของโลก ที่จิตของพวกเจ้ายืมร่างกายของเขามาใช้ พอได้ร่างกายจากธรรมชาติ ดิน น้ำ ลม ไฟ มาใช้ก็หลงทึกทักยึดเอาว่าเป็นของตัวตนของเรา อย่างนี้ผิดนะลูก ทำสิ่งใดอย่าใจร้อน ค่อยๆก้าวไปทีละขั้น ถ้าเจ้าก้าวยาวๆ เจ้าก็มีสิทธิที่จะล่วงตกได้เหมือนกัน ถอยหลังกลับไปกลับมาเพราะมันเกินกำลังใจของเจ้าอยู่ เจ้าต้องสร้างกำลังใจให้เข้มแข็งกว่านี้

กำลังใจก็คือบารมี 10 นะแหละหมั่นสร้างสมเข้าไปมี ทาน ศีล เมตตา อธิษฐาน เนกขัมมะ คือบวชจิตไม่ให้นิวรณ์ 5 มารบกวนจิต วิริยะ ขันติ ปัญญา อุเบกขาบารมี ดีทั้งนั้น มีบารมีใดบารมีหนึ่งอีก 9 บารมีก็เดินเข้ามาในจิตของเจ้าเอง เจ้าต้องทำบุญให้กำลังบุญมากกว่ากำลังบาป เมื่อนั้นเจ้าจะบำเพ็ญธรรมได้ดี ทุกคนต้องทำบุญด้วย ทาน ศีล ภาวนา แนวการสร้างบุญมีมากมาย บุญกิริยาวัตถุ 10 หรือกรรมบท 10 บุญนำมาซึ่งความปลื้มปีติ มีจิตผ่องใส

กุศล การรักษาจิตให้สะอาดผ่องใสด้วยการระลึกนึกถึงสิ่งที่เป็นบุญ คือ ทาน ศีล ภาวนา สำรวม กาย วาจา ใจให้นิ่งเฉยไม่กระวนกระวาย ฟุ้งซ่านเป็นปกติ หากมีบุญไร้กุศลก็อีกนานนัก ที่จะเข้ากระแสพระนิพพานจงพิจารณาขันธ์ 5 ของเจ้าให้เข้าใจว่า มันไม่ใช่ของจิตเจ้า **องค์พระทรงสวัสดิโสภาคย์ศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า สอนอะไรไว้มากมาย สรุปแล้วมีเพียงตัวเดียว คือให้ตัดร่างกายขันธ์ 5 หรือสักกายทิฏฐิ ข้อแรกของสังโยชน์ 10 นั้น เมื่อเรามีขันธ์ 5 ก็ยากที่จะพ้นทุกข์ ไม่มีสุขที่แท้จริง สุขประเดี๋ยวประด๋าวเพราะได้กิน ได้นอน ได้ถ่าย** พวกเจ้าเกิดมาในโลกนี้คิดดู ความสุขนั้นไม่มียืนยาว ไม่ถึงชั่วโมงก็หมดแล้วหาย แล้วอาการของความสุขนั้นไม่นานเลย แต่ความทุกข์กายใจมีอยู่นานใช่ไหม? ตราบใดที่ยังมีร่างกายแบบนี้ มันย่อมทุกข์แน่นอน จงปล่อยวางร่างกายเสีย ปล่อยวางร่างกายที่เป็นต้นเหตุแห่งทุกข์นั้นเสีย คือทำจิตให้ว่างเปล่า ไม่สนใจคิดห่วงใยร่างกายเรา ร่างกายเขา ไม่ใช้ลาภ ยศ สรรเสริญเจริญสุข ทางโลกร่างกายมารบกวนจิตใจเราต่อไป ด้วยการภาวนาพุท-โธ ก็ดี

สัมมาอรหัง อิติ ติอิ แผ่เมตตาไปทั่ว 3 โลกยิ่งดี เป็นการทำให้จิตว่างจากของเป็นทุกข์โทษคือ ร่างกาย นำเอาด้วยการนึกอาราธนาบารมีพระผู้มีบารมีล้นคือ องค์สมเด็จพระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า พระนิพพาน คือ พระธรรม ที่จิตเราต้องการหนีทุกข์และคุณพระอริยสงฆ์ มาไว้ในจิตใจ จิตใจก็จะว่าง จากกิเลสโดยง่าย ไม่ยากเลย ผู้ใดที่สงสัยลังเลในพระรัตนตรัยไม่ถึงธรรมนะลูก นิวรณ์ทั้ง 5 รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส คือ กามราคะ ความไม่พอใจ ความวิตก กังวล ความฟุ้งซ่าน ความเกียจคร้าน ตัดออกจากจิตใจให้ทิ้งไปเสีย ของไม่ดีอย่าเอาจิตไปยุ่งกับมัน

คนทำชั่วถูกลดอายุ ที่คนตายกันเร็ว เพราะว่าทำบาปกรรมผิดศีล 5 ข้อมาก จะลดกฎของกรรมก็ต้องทำบุญกุศล มีจิตเมตตา ไม่ปรารถนาสิ่งใดต่อไปไม่ปรารถนาลาภ ยศ สรรเสริญ หรือเกิดเป็นเทวดานางฟ้า ต้องปรารถนาพระนิพพานจึงหนีบาปได้ การทำบุญอุทิศส่วนกุศลก็เป็นสิ่งดียิ่ง แต่ถ้าลูกหลานทำบุญ พ่อแม่ ก็ได้หมดไม่ว่าจะอยู่ไหน แดนใดพ่อแม่ได้รับบุญหมด การอุทิศส่วนกุศลไม่จำเป็นต้องกรวดน้ำอุทิศส่วนกุศลแต่ให้อุทิศด้วยใจจริง ต้องทำด้วยจิตที่ตั้งใจอย่างจริงจัง เปรต สัมภเวสี เทวดา เขารอโมทนากันมากมาย ถ้าเป็นผีวิญญาณโมทนาบุญ เขาก็ได้รับอภัยโทษให้ไปเกิดเป็นคน บ้างไปเกิดเป็นเทวดา จงใช้จิตที่เป็นมโนมยิทธิของเจ้าดู บ้างก็ไปเสวยสุขชั่วขณะตามกำลังบุญ เมื่อหมดบุญก็กลับมาขอบุญอีกก็มีมาก

การบำเพ็ญธรรม จิตต้องอยู่ห่างจากโลกียธรรม คือ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ลาภ ยศ สรรเสริญ สุขทางกาย ถ้าห่างไม่ได้ ก็ให้ทวนกระแสอย่าไปสนใจ ทางโลกอย่าติดใจทางโลกให้มองดูโลกตามความเป็นจริง ว่าโลกนี้วุ่นวายเสื่อมทราม สกปรกโสมม มีอันตรายภัยรอบด้าน วิ่งไปหาความแก่ เจ็บ ตายกันทั้งนั้น การสะเดาะเคราะห์ เมื่อไม่เอาจิตหมกมุ่นกับเคราะห์ เคราะห์ก็หายไปเอง ทำจิตใจให้ว่างเปล่าๆ อยู่กันง่าย สบาย ไม่มีห่วง ว่างจากสรรพสิ่งใดๆ ในโลก จิตจะหลุดพ้นจากเคราะห์กรรม เพราะ จิตหลุดพ้นจากขันธ์ 5 สภาวะจิตไม่มีห่วงใย ไม่สนใจโลก ทำใจเป็นสุขสบาย ร่างกายก็ทำงานทุกอย่างตามหน้าที่ๆ โลกแต่งตั้งให้ สภาวะนิพพานคือ จิตเบาสบายมีความนิ่งเฉยเป็นอุเบกขา ไม่มีอะไรหลงเหลือที่จิตจะยึดติดอีก จิตก็มีนิพพาน มีพระพิชิตมาร

ศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าอยู่ในใจ แม้มีร่างกายอยู่ก็ดูเหมือนไม่มี เพราะไม่ห่วงใย อาลัยรักร่างกายเรา ร่างกายเขา สิ่งที่ไม่มี คือ ร่างกาย เพราะต้องสูญสลายตายแน่นอน สิ่งที่มีเป็นของจริง แต่ตาพวกเจ้ามองไม่เห็น คือ พระนิพพานกับจิตพวกเจ้าเป็นของไม่สูญสลาย ไม่ตาย เป็นอมตะ ดังนั้นพวกเจ้าจึงต้องสนใจของจริงให้มากคือ จิตกับพระนิพพาน

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทุก ๆพระองค์ ปีติชื่นชมที่ลูกได้เอาโลกียธรรมและโลกุตตรธรรมที่ได้ซ่อนเร้นนานแล้ว ออกเผยแพร่ หนังสือออกมาก็เหมือนพระอาทิตย์ขึ้นสว่างสดใส พระพุทธองค์ท่านพอใจปลื้มใจ ธรรมะได้ออกมาเป็นลายลักษณ์อักษร พระอภิธรรมเป็นพระธรรมที่ละเอียดลึกซึ้งงดงามและเป็นความจริงที่ลูกเขียนให้คนอื่น ได้เข้าใจง่ายๆ ในอภิธรรมได้ง่ายๆ ก็มีพระที่ท่านรู้เข้าใจเก่ง ในทางอภิธรรมควบคุมช่วยดลใจให้ลูกเขียนได้ถูกต้องตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนไว้เมื่อประมาณ 2546 ปีล่วงมาแล้ว

จิตของเจ้าเวลาเขียนหนังสือ เหมือนเข็มที่ฝังไปด้วยเพชรแหลมคมส่องเป็นประกายระยิบระยับใส ด้วยการกระทบกับแสงแดดดูงดงาม ไม่มีกิเลสเครื่องเศร้าหมอง บารมีของพระแต่ละองค์ พระอภิญญาเจ้า จากเบื้องบนแต่ละพระองค์ก็ช่วยลูก ลูกได้รับคำสอนโดยตรงจากพระพุทธองค์ วิเศษยิ่ง บารมีเจ้าสูงเต็มทำอะไรก็ง่าย เจ้าทำภาระของเจ้าให้เสร็จก่อน ภาระของเจ้าคือตัดสังโยชน์ 10 ให้ขาดให้หมดสิ้นและภาระช่วยแนะนำให้พุทธบริษัทเข้าใจสภาวะพระนิพพานได้ง่ายดายและถูกต้อง พระนิพพานไม่ใช่ของยากเหมือนนักปราชญ์ทางโลกเข้าใจ มีอยู่ทุกหนทุกแห่ง พระนิพพานมีอยู่ ในจิตในใจของผู้ที่มีจิตสะอาดเบิกบานและฉลาดซึ่งเป็นธรรมชาติของจิตเดิมคือจิตของพุทธะ

ธรรมชาติของจิตเดิมสดใสสว่างเบา งดงามสะอาดเป็นประกายพรึก มีความนิ่งเฉยแฝงไปด้วยพลังงานเป็นสุขยอดเยี่ยม จงทำใจของเจ้าให้นิ่งเฉยเป็นปกติ จิตของเจ้าจะสดใสก็ด้วยการฝากจิตฝากใจไว้กับพระผู้มีพระภาคเจ้าเบื้องบนพระนิพพาน ส่วนใจ คือ อายตนะทั้ง 6 ของร่างกายก็ควบคุมให้นิ่งเฉยต่อความทุกข์ วุ่นวายของโลก ใจเราอย่าวุ่นวายตามสภาวะของโลก ซึ่งมีความแปรปรวน เป็นทุกข์ ทนได้ยากอีกทั้งควบคุมก็ไม่ได้ผลสุดท้ายก็พังสลายเป็นอนัตตา

ลมหายใจของเรามีค่ามากกว่าเงิน หลายพันล้าน การที่ยกระดับจิตของเราเป็นจิตของอริยบุคคล มีค่ามากกว่าลมหายใจ สรรพสิ่งใดๆ ในโลกนี้ ไม่หยุดนิ่ง ทุกอณูทุกโมเลกุล วิ่งเข้าไปหาความผุพังเสื่อมสลายไม่ว่าคนสัตว์สิ่งของ แต่มีอยู่สิ่งหนึ่งสิ่งเดียวในโลกที่อยู่นิ่งๆ ไม่แก่ ไม่เจ็บ ไม่สูญสลาย นั่นคือ จิตของเจ้าเอง **จงหัดทำจิตของเจ้าให้นิ่งเฉย ไม่วิ่งวุ่นวายไปกับสภาวะธรรมชาติของโลก เพราะจิตคน สัตว์อยู่เหนือสภาวะธรรมชาติของโลก** ถ้าจิตไปติดร่างกาย ชื่อว่า อยู่ใต้อำนาจของกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา จิตก็ไม่เป็นอิสระภาพ เพราะเป็นทาสของกิเลส และเป็นทาสของบาปกรรม หนีไม่พ้นจากความทุกข์กาย ทุกข์ใจ **จิตใจมีหน้าที่ดูแลขันธ์ 5 ธาตุ 4 รักษาระบบร่างกายให้สมดูลย์ อย่าก้าวก่ายเอาใจไปเป็นร่างหรือเอาร่างกายมาเป็นจิตใจ** มันจะไม่มีความสงบสุข มีแต่ความทุกข์ร้อนใจไปจนตายในชีวิต อายุของเจ้าเบื้องบนกฎของกรรมกำหนดไว้หมด เหลือแต่รอวาระในวันจบสุดท้ายคือ วันตาย

พวกเจ้ามีกายขันธ์ 5 รีบเร่งปฏิบัติธรรม รีบเร่งทำความดี อย่าทิ้งโอกาสอันดีที่จะทำบุญ กุศล อย่าปล่อยให้เวลาล่วงเลยไปโดยเปล่าประโยชน์ มิฉะนั้นเมื่อสำนึกได้จะสายเกินไป จิตเจ้าจงปล่อยวางๆ จากทุกสิ่งทุกอย่างเป็นของมายาทั้งนั้น **ขันธ์ 5 ของคนสัตว์ไม่ใช่ของจริงเป็นเพียงภาพมายาชั่วครู่ชั่วคราวเงาในกระจกไม่ใช่ของเจ้าฉันใด ขันธ์ 5 ร่างกายที่เจ้าอาศัยอยู่ก็ไม่ใช่ของเจ้าฉันนั้น** เป็นเพียงฝันสลาย อย่าสนใจกับของหลอกลวงของโลก **ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกในมหาอนันตจักรวาลเป็นของสมมุติเป็นความว่างเปล่าทั้งสิ้น จิตเราสมมุติมันขึ้นมาเป็นของเราของเขาใช่หรือไม่ ?**

การปล่อยวางร่างกายขันธ์ 5 ของเจ้านั้นก็คือ เอาจิตของเจ้านั่นแหละผลักร่างกายขันธ์ 5 เจ้าทิ้งออกไปจากจิตใจของเจ้าเอง จิตจะสะอาดสดใสเบาสบายเป็นสุขไม่มีอะไรมาเทียบ

วิชาในโลกมีมาก ศึกษาเท่าไรไม่มีวันจบ วิชานอกโลกในอนันตจักรวาลมีมากเหมือนกันแต่ไม่ต้องรู้จะดีกว่า เรียนมากๆ เรียนไปเรียนมา แล้วชีวิตได้อะไรเพิ่มเติมเล่า ได้แต่ทางโลก การงาน การเงินที่ดี ซึ่งไม่ใช่ของจีรังยั่งยืน พอแก่เฒ่าปลดเกษียณ ลาภยศ สรรเสริญ เงินทองก็หมดไป ความเจ็บป่วยตามมา แล้วก็ตายเงินทองตำแหน่งหน้าที่ ลาภยศ สรรเสริญ เจริญสุขทางการ

เอาไปติดตามหลังตายได้หรือไม่

ความรู้ทางธรรม ความฉลาดทางบุญกุศล มีความสุขใจทั้งชาตินี้และติดตามจิตเราเมื่อร่างกายพังสลายแล้วไปหลายๆชาติ ความรู้ทางโลกยังมีวันจบ ความรู้ทางธรรมไม่มีวันจบสิ้น จงศึกษาแต่วิชชา ที่จะให้จิตเราหลุดพ้นจากภัยอันตรายในวัฏฏสงสารเถิด รู้แล้วปฏิบัติตาม ชีวิตจะเจริญรุ่งเรือง ได้ดีเองจากผลบุญซึ่งให้ผลทันตา

จงวางจิตนิ่งๆเฉยๆ เหนือบุญบาปเหนือดี เหนือชั่ว เหนือสุข เหนือทุกข์ ทุกอย่างอยู่ที่วางเฉย ไม่ดีใจ ไม่เสียใจ รู้สักแต่ว่ารู้ เห็นสักแต่ว่าเห็น ไม่เอาอารมณ์ใจเข้าไปยึดติดกับสภาวะของโลก ที่เป็นของมายา ของสมมุติ ของปลอม เพราะแปรปรวนเปลี่ยนแปลงและสูญสลายไปในที่สุด

ร่างกายขันธ์ 5 เจ้าอย่าไปสนใจ มันจะเป็นอะไรก็ดูแลรักษา ไม่ให้ร่างกายขันธ์ 5 เป็นทุกข์มากเกินไป ถ้าจิตเราไปสนใจร่างกาย สิ่งแวดล้อมหรือสนใจผู้อื่น ทำให้จิตใจเจ้าสกปรกไปด้วยทิฏฐิมานะเป็นอวิชชา

สิ่งที่ลูกตั้งจิตอธิษฐานขอให้บรรลุธรรมก่อนตายในชาตินี้เป็นสิ่งประเสริฐ ทำต่อไปเถิดลูก ทำจิตให้สะอาดสดใส พระนิพพานอยู่ใกล้ตัวเจ้าแล้ว การฝึกทำจิตนิ่งๆ เฉยๆ ไม่ยินดียินร้ายกับทุกๆสิ่งทั้งมีชีวิตและไม่มีชีวิต ทำจิตของเจ้าให้เป็นผู้ชนะโลกชนะทุกสิ่งทุกอย่าง ชนะขันธ์ 5 เรา ชนะขันธ์ 5เขา จิตเราจะเป็นมรรคเป็นผล ไม่ต้องสนใจเพราะเป็นเพียงบันไดไต่ขึ้นพระนิพพาน ถ้าไปสนใจจะกลับกลายเป็นมานะทิฏฐิเป็นอุปกิเลสจะทำให้จิตเศร้าหมอง คิดว่าเราดีกว่าเขา เราเสมอเขา หรือเราด้อยกว่าเขา ผู้ที่เก่งในทางโลก โลกียธรรม โลกุตตรธรรมไม่มีใครเก่งนอกจากพระผู้มีพระภาคเจ้า

เป็นมนุษย์มีอายุน้อยอายุสั้นกว่าเทพพรหมมากมาย มีความทุกข์มากกว่า เทวดาพรหมเพราะ มีขันธ์ 5 เทพพรหมไม่มีขันธ์ 5 มีรูปทิพย์มองด้วยตาเปล่าไม่เห็นอยู่ในจิต เทพพรหมอีกที ปฏิบัติธรรม บรรลุธรรมได้ง่ายได้มากกว่าคน เพราะมีบุญบารมีปัญญามีตาทิพย์หูทิพย์ ได้เห็นคนและสัตว์ในโลกเต็มไปด้วยความทุกข์ ได้ฟังพระธรรมจากพระอรหันต์ จากองค์พระสัมมาสัมพุทธเจ้าที่เข้าสู่พระนิพพานไปแล้ว พระองค์ท่านก็ยังกลับมาสอนเทพพรหมที่มีบารมีสูงส่งให้เข้าใจในพระนิพพานได้ง่ายๆ และเทพพรหมมีปัญญา

บารมีก็เป็นพระอริยเจ้า เป็นพระอรหันต์กันก็มากกว่าคน ท่านไม่ต้องกลับมาเกิดเป็นมนุษย์ ท่านหมดวาระเสวยบุญเป็นเทพ พรหมแล้ว ท่านก็เข้าสู่พระนิพพานได้ 20 %

มนุษย์มีความทุกข์มากกว่าความสุข มีโอกาสเข้าใจทุกข์ เข้าใจธรรม เพราะไม่ต้องหลงติดสุขเหมือนเทพพรหม มีชีวิตแสนสั้น 1 วันของสวรรค์ชั้นดาวดึงส์เท่ากับ 100 ปีในมนุษย์ มนุษย์ สัตว์จึงมีชีวิตสั้นมากเมื่อเทียบกันกับเทวดาและพรหม มนุษย์จึงมีโอกาสดีที่สุดที่จะทำจิตสะอาดจากกิเลสหรือขันธ์ 5 ร่างกายที่สกปรกนี้ได้รวดเร็วที่สุดไม่ถึง 1 วันของเทวดา ตายจากความเป็นคน จิตก็เข้าสู่แดนอมตะทิพย์นิพพานได้ทันที แต่มนุษย์ก็ทำจิตถึงพระนิพพานได้ไม่ถึง 5 %

ผู้มีจิตสะอาด คือ จิตผู้นั้นไม่หลงใหลติดใจในขันธ์ 5 รูปนามที่เป็นสิ่งสมมุติ เพราะเป็นของชั่วคราว นรกโลก เทวโลก มนุษย์โลก พรหมโลก เทวโลก เป็นของปลอมเพราะเป็นของชั่วครู่ชั่วคราว ว่างเปล่าสูญสลายในที่สุด ถ้าจิตผู้ใดหลงใหลในความว่างเปล่า ทั้ง 3 โลก ก็ถือว่าจิตผู้นั้นมีอวิชชาเพราะไม่ฉลาด หลงใหลไปกับความว่างเปล่า ไม่มีสาระแก่นสาร

ลูกเป็นผู้มีบารมีเต็ม บารมีสูง ให้ลูกอยู่ช่วยพระศาสนาก่อน แล้วยังอยากหนีไปพระนิพพานอีก เวลาของเจ้าไม่นานรีบทำจิตของเจ้าให้เป็นสังขารุเปกขาญาณ เรื่องพระนิพพานไม่มีปัญหา หมดเวลาอายุขันธ์ 5 หมดวาระเราก็ไปพระนิพพานกัน

มโนมยิทธิอภิญญาให้ทำต่อไป เจ้าเป็นลูกพ่อเจ้าต้องทำจิตให้เข้มแข็งเหมือนพ่อ พระธรรมคือ พรอันประเสริฐรับไปเถิดลูก พรที่ลูกขอ จงเจริญพรให้มากขึ้นใครเห็นใครชอบด้วยความคิดสติปัญญา ทำใจให้สว่างไสวด้วยการแผ่เมตตาจิตให้สรรพสัตว์ทั้งหลายไปทั่ว 3 โลก เป็นพระอริยเจ้าก็ต้องช่วยทำงาน เพื่อผู้อื่นให้เข้าถึงธรรม ถึงพระนิพพาน กำลังพระธรรมกำลังพระพุทธศาสนา กำลังใจของเจ้า รวมกันเข้าแล้วก็เป็นกำลังพลังมหาศาล

หนังสือธรรมประทานพรออกมาก็เป็นพระธรรมที่สว่างไสวดุจแสงอาทิตย์ มีประโยชน์มากทำให้ผู้อ่านหนังสือเข้าใจพระนิพพานได้ถูกต้อง <u>การไปพระนิพพานก็เป็นของง่าย ทุกคนมีสิทธิ์ไปพระนิพพานได้เท่าเทียมกันหมดอยู่ที่</u>

<u>**จิตไม่ติดในขันธ์ 5 ร่างกายตัวเดียว**</u> ประโยชน์ของหนังสือธรรมประทานพร มีมากล้ำค่าด้วยคุณธรรม เป็นการต่ออายุสังขารของตนและผู้อื่น ต่ออายุพระพุทธศาสนาให้เจริญรุ่งเรือง ต่อสติปัญญาเพิ่มบุญบารมีของตนและผู้อื่น สติคือความรู้ตัวเตือนจิต คอยตรวจตราควบคุมดูจิต กำจัดสิ่งไม่ดีออก

พลังสติเป็นกำลังมหาศาล คือ พิจารณาให้รู้ถึงความเป็นจริงในชีวิตของโลก จงนำสติความรู้ตัวมาเป็นสมาธิ รู้ตัวอยู่เสมอว่า จิตเราอยู่ในกายแก้วกายทิพย์ของพระผู้มีพระภาคเจ้าที่แดนทิพย์อมตะนิพพาน

ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ไม่มีใครเป็นของเจ้าของๆใครทั้งนั้น มายืมกันอยู่ มายืมกันใช้ชั่วคราว อีกไม่นานลูกจะได้อภิญญาเต็มและจะได้ไปอยู่กับองค์พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าแดนทิพย์นิพพานเป็นของจริงตลอดกาล พระไตรปิฎก พระอภิธรรมปิฎกสอนถูก แต่ชาวพุทธตีความหมายผิดก็มีมาก คัมภีร์ศาสนาอื่นดี แต่ก็มีการบิดเบือน ภัยพิบัติในโลกมีมากขึ้น ถ้าผู้คนไม่ทำความดี ผิดศีล 5 ข้อกัน เมื่อผู้คนมีบุญมากขึ้น ภัยพิบัติจะลดน้อยลง

ทางอเมริกาจะโดนหนักสังคมเละเทะเจริญด้วยเทคโนโลยี แต่ไม่มีศีลธรรม ลูกจะช่วยโลกได้โดยใช้ธรรมะของเจ้าช่วย ดีกว่าอภิญญาหลายเท่า ถ้ามีธรรมะ อภิญญาก็มาเอง พระสงฆ์ในพระพุทธศาสนารู้ทฤษฎีมากกว่าปฏิบัติ สมาธิ ฌาน1-ฌาน2 ยังไม่ได้ พระอภิธรรมทั้ง 7 บท ถ้าเข้าใจทำได้ก็จะถึงซึ่งพระนิพพาน การเขียนการพิมพ์พระอภิธรรมเป็นของดี บารมีของเจ้าก็เพิ่มมากขึ้น พระอภิธรรม 7 คัมภีร์ น้อยคนนักที่ศึกษาแล้วจะเข้าใจ วิสุทธิมรรค คือ คัมภีร์ ที่ถูกต้องดีที่สุด ถูกต้องทุกพระธรรมคำสอนทุกประการ

ทุกคนมีจิตพุทธะ แต่เอาจิตของพุทธะมาใช้ต่างกัน การตัดกิเลสมากน้อยก็ต่างกัน <u>**เจ้าจงทำจิตเจ้าให้ว่างเปล่าจากขันธ์ 5 ถอยจิตออกจากขันธ์ 5 ให้หมด ถอดจิตออกไปอยู่ในพระวรกายองค์สมเด็จพระปฐมบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า แล้วเอาจิตมองลงมาดูโลกทั้ง 3 เป็นของว่างเปล่าของสมมุติ ของปลอม ของมายาเพราะในไม่ช้าก็สูญสลายไปสิ้น เหลือแต่ความว่างเปล่า จิตเราก็จะได้อยู่กับพระผู้มีพระภาคเจ้าตลอดกาล เมื่อขันธ์ 5 เจ้าแตกสลายสูญหายไปหมด**</u>

<u>**ความว่างโอบอุ้มสรรพสิ่งทุกอย่างรวมทั้งจิตคนสัตว์ จิตเทพจิต**</u>

พรหม จิตของเราก็ว่างจากขันธ์ 5ด้วย ทุกสิ่งในโลก สวรรค์ พรหม เป็นของสมมุติสมบัติเป็นของชั่วคราว จิตมีพลังงานเหนือโลกสมบัติ เทวสมบัติ พรหมสมบัติ จิตมีอภิญญาสมาบัติ จิตมีรูปลักษณ์หรือไม่มีรูปลักษณ์ทำได้ทั้งนั้น จิตสามารถทำอะไรก็ได้มีความสุขเลิศล้ำทั้ง ๆ ที่มีขันธ์ 5 นี้ ทำจิตให้สะอาด คือ จิตว่างจากขันธ์ 5 และโลกทั้ง 3 จิตจะสะอาดที่สุดเมื่อฝากจิตไว้ในพระนิพพานกับองค์สมเด็จพระสวัสดิ์โสภาคย์ศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า มีพระคาถาไม่ว่าจะเผชิญอารมณ์กระทบกระทั่งให้จิตเศร้าหมองฟุ้งซ่านคิดวิตกกังวล คือ **จงปล่อยวาง จงปล่อยวาง จงปล่อยวาง วาง วาง วางจนว่าง** ไม่มีอะไร **เหลือแม้แต่อณู แตกสลายกระจายเกลายเป็นความว่างเปล่า แล้วเจ้าจะพบกับความว่างจากกิเลส ตัณหา อวิชชา อุปาทาน คือ พระนิพพานในชาตินี้ ทั้ง ๆที่ยังไม่ตาย เป็นเอกันตบรมสุข มีความสุขอย่างยิ่งทีเดียว**

เกษรเจ้ามีจิตดี คิดจะช่วยบริวารของเจ้า บ้านของเจ้าเหมือนคฤหาสน์บนสวรรค์ เจ้าจะประสบความสำเร็จสมหวังทุกประการ เจ้าไปที่ไหนก็อาราธนาพระผู้มีพระภาคเจ้าไปด้วย เสด็จพ่อก็ไปกับเจ้า ช่วยเจ้าเวลาบรรยายพระธรรม พระพุทธองค์ท่านปลื้มใจที่ลูกๆปฏิบัติดี พระศาสดาพระศาสนาเป็นของสำคัญยิ่ง ขออัญเชิญท่านประทับไว้ในจิตใจของลูกให้มั่นคง

สิ่งที่เจ้าทำถูกต้องแล้ว การกราบทูลถามพระพุทธองค์อย่าถามซ้ำวกวน กราบทูลถามพระองค์ท่านทางธรรมได้อย่างเดียว ปัญหาทางโลกให้กราบทูลถามหลวงพ่อฤาษีท่านได้

ผู้เขียนได้กราบทูลถามเรื่องอานุภาพของบ่อน้ำทิพย์ในโลกมนุษย์ พระท่านได้เมตตาตอบว่า

น้ำบ่อทิพย์ ก็คือจิตของบุคคลนั้น มีความเชื่อถือศรัทธา มีเทพเทวดารักษาอยู่ตามแต่ละคน ถ้าเขาอธิษฐานด้วยจริงใจ น้ำอะไรก็หายได้ จะเอาน้ำที่ไหนก็ได้ทำเป็นน้ำพุทธมนต์รักษา ก็เป็นน้ำทิพย์ได้ถ้าจิตเจ้าเคารพศรัทธาในพระผู้มีพระภาคเจ้าจริง

ธรรมชาติของโลกศึกษาไม่มีวันจบสิ้น กว้างใหญ่ไพศาลแปรปรวนสูญสลาย ไม่มีที่สิ้นสุด ร่างกายคนเราก็เป็นธรรมชาติมีแร่ธาตุ คาร์บอน ออกซิเจน ไนโตรเจน ไฮโดรเจน แมกนีเซียม โปแตสเซียม ไอโอไดร์ ฯลฯรวมใหญ่

ๆ คือ ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ

พระนิพพานเป็นของจริง ไม่ใช่ของธรรมชาติ เป็นทิพย์ทั้งหมดเหนืออนิจจัง เหนือทุกขัง เหนืออนัตตา นิพพานไม่ใช่ของเล่น ไม่ใช่ของปลอม ไม่ใช่ของสมมุติ นิพพานเป็นทิพย์อิสระสดสวยงดงามยิ่งกว่าสวรรค์พรหม เป็นทิพย์คนละอย่างกับเทวดา พรหม มีรัศมีกายแผ่ไปไกลมากน้อย ตามบารมีของพระเบื้องบนพระนิพพานแต่ละองค์ พระนิพพานไม่ใช่ภาษาพูด หรือภาษาเขียน แต่เป็นภาษาปฏิบัติ

จิตของลูกเวลาทำงานมีพระพุทธเจ้าที่ลูกระลึกถึงและหลวงปู่หลวงพ่อคุณครูบาอาจารย์ บิดามารดา เทพไท้เทวาท่านติดตามดูแลลูกตลอดมา จงทำจิตของเราเป็นอุเบกขาเหมือนเวลาที่เจ้าบรรยายพระธรรม

จิตของแต่ละคนในโลกมนุษย์วิ่งวุ่นวายอยู่ตลอดเวลาเสี้ยววินาทีคิดเปลี่ยนไปเป็นหมื่นเป็นล้านเรื่อง จิตมนุษย์วิ่งวุ่นวายเหมือนลิง เจ้าจงทำใจให้กว้างแผ่เมตตาไปทั่ว 3 โลก ทำจิตให้สดใส ทำใจให้เป็นปกติ

คนเกิดมาเท่าไรก็ตายหมดเท่านั้น คนทั้งโลก 90% ต้องตายแล้วถอยหลังลงนรก เราจึงไม่ควรผิดศีลทำความชั่ว 5 ข้อ จะเป็นเหตุให้ในอบายภูมิ ให้ทุกคนก้าวหน้า ก้าวสั้นๆไปสวรรค์ ก็ให้รักษาเทวธรรม คือมีหิริ โอตตัปปะ อายความชั่ว เกรงกลัวผลของความชั่ว คือความทุกข์กาย ใจ ถ้าอยากไป พรหม ก็ก้าวยาวอีกนิดหนึ่ง คือรักษากำลังใจอยู่เสมอจนชินด้วยการทรงพรหมวิหาร 4 รักษาศีลให้บริสุทธิ์ทำจิตให้ตั้งมั่นในฌาณสมาบัติ ตั้งแต่ฌาณ 1 - ฌาณ 4 ต่อจะก้าวลัดเร่งเข้าลัดเข้านิพพาน จงมีความรู้สึกตามความเป็นจริงว่าร่างกายเป็นที่อาศัยชั่วคราวของจิต หรือของกายภายในคืออทิสมานกาย ร่างกายเต็มไปด้วยความทรุดโทรมสกปรก จิตเราติดในร่างกายชื่อว่าติดทุกข์ ขอทุกท่านจงอย่าคิดว่าร่างกายนี้เป็นของเรา

ขอบารมีองค์สมเด็จพระพุทธบิดาบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า บารมีพระธรรม บารมีพระอริยสงฆ์ บารมีของคุณบิดามารดา บารมีของคุณครูบาอาจารย์ บารมีของเทพไท้เทวา ได้โปรดมารวมตัวสงเคราะห์ลูกและบริวารญาติมิตร ให้มีความสุขสำเร็จในชีวิตและบารมีที่ลูกๆทำไว้ จงได้รับผลอานิสงค์ถึงพระนิพพานทุกๆคน เร็วไวในชาติปัจจุบันนี้เทอญ

ธรรมะจากพระไตรปิฎก

เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ(รวบรวม)

1. พระไตรปิฎก คืออะไร

พระไตรปิฎก คือ พระธรรมคำสั่งสอนขององค์พระผู้มีพระภาคเจ้าได้สั่งสอนไว้ในสมัยพุทธกาล ต่อมาเมื่อมีพระอรหันต์พระอริยสงฆ์สาวกได้รวบรวมพระธรรมเป็น 3 ภาค 3 ตำรา จึงเรียกว่า ไตรปิฎก เพื่อสาธุชนรุ่นหลังจะได้ศึกษาปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนเพื่อพ้นทุกข์จากการเวียนว่ายตายเกิดจาก นรกภูมิ มนุษย์โลก เทวโลก พรหมโลก เพื่อติดตามองค์พระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเข้าสู่เอกันตบรมสุขแดนทิพย์นิพพานได้ง่าย

2. พระไตรปิฎกแบ่งเป็น 3 ภาค 3 ปิฎกนั้นมีอะไรบ้าง

พระไตรปิฎก ซึ่งแปลว่ามีพระธรรม 3 ภาค (3 ตำรา,3 คัมภีร์) คือ

1. วินัยปิฎก มีข้อห้ามหรือศีลของภิกษุ ภิกษุณี ข้อห้ามของผู้ครองเรือน คือ ศีล 5 ข้อ

2. สุตตันตปิฎก เป็นตำราว่าด้วยพระธรรมเทศนา รวมทั้งสมาธิวิปัสสนาทั่วๆ ไป รวมทั้งภาษิตและประวัติของพระพุทธเจ้า พระพุทธสาวก

3. อภิธรรมปิฎก เป็นตำราว่าด้วยหัวข้อธรรมะล้วน ๆ เป็นหลักธรรมที่สำคัญยิ่ง พระไตรปิฎกมีเนื้อความทั้งหมด 84000 พระธรรมขันธ์ แบ่งเป็น

พระวินัยปิฎก	21000	พระธรรมขันธ์
พระสุตตันตปิฎก	21000	พระธรรมขันธ์
พระอภิธรรมปิฎก	42000	พระธรรมขันธ์

สมัยพุทธกาลพระสาวกท่านได้จดจำไว้ในใจ พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสบอกพระจุนทะเถระผู้เป็นน้องชายของพระสารีบุตรเถระ ให้รวบรวมธรรมภาษิตของพระองค์และให้จัดระเบียบเพื่อให้พระธรรมถูกต้องยั่งยืนสืบไป

เมื่อองค์พระศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเสด็จดับขันธ์เข้าสู่พระนิพพานได้ 3 เดือน ท่านพระมหากัสสปเถระทรงริเริ่มรวบรวมพระธรรมคำสอนและเป็นประธานผู้สอบถามท่านพระอุบาลีเถระเป็นผู้ตอบทางพระวินัย ท่านอานนท์เถระเป็นผู้ตอบทางพระธรรม มีพระอรหันต์ปฏิสัมภิทาญาณ 500 รูปประชุม

กันสังคายนาจัดพระธรรมเป็นตำรา กระทำกันอยู่ 7 เดือนจึงเสร็จ ต่อมาภายหลังได้รวบรวมตำราจากการจำมาเขียนบันทึกเป็นภาษาบาลีในอินเดียภาคเหนือ และมีท่านผู้รู้แปลพระไตรปิฎกจากภาษาบาลีเป็นภาษาจีน ภาษาอังกฤษและภาษาไทยจำนวน 80 เล่มเท่าพระชนมายุของพระผู้มีพระภาคเจ้า และได้ย่อความรวบรวมพระไตรปิฎกมาจาก 80 เล่มเป็น 45 เล่ม

การศึกษาให้รู้และเข้าใจในพระธรรมคำสอนในพระไตรปิฎกแบ่งออกเป็น 3 ขั้น

1) ขั้นปริยัติ ขั้นแรกเรียนเข้าใจทางปริยัติหรือตำรา คือ อ่านเข้าใจหัวข้อพระธรรมให้เข้าใจก่อน

2) ขั้นปฏิบัติ เมื่อเข้าใจตำราปริยัติแล้วก็เริ่มปฏิบัติทางกาย วาจา ใจ ตามจริตอัธยาศัยที่ตนเองชอบปฏิบัติแบบไหนเพราะแนวคำสอนพระพุทธองค์มีถึง 84000 พระธรรมขันธ์ ชอบแบบไหนทำแบบนั้นดีทุกแบบแล้วแต่จะเลือกตามอัธยาศัยของท่านที่ปฏิบัติ

3) ขั้นปฏิเวธ คือ การได้รับผลมีความสุขกายสุขใจจากบุญบารมีคุณความดีที่ได้ปฏิบัติตามพระธรรมคำสั่งสอนในตำราพระไตรปิฎกนั้นจิตเข้าถึงอริยมรรค อริยผล มีพระนิพพานเป็นจุดมุ่งหมายปลายทางของจิตไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดอีกต่อไป

3. <u>พระธรรม 84000 พระธรรมขันธ์โดยรวมยอดย่อที่สุดนั้นคืออะไร</u>

ขอตอบตามที่พระพุทธเจ้าตรัสเทศนาไว้ในพระอภิธรรมทั้ง 7 โดยล้ำลึกละเอียดยิ่งนั้นย่อจาก 84000 พระธรรมขันธ์แล้วมี 4 อย่าง คือ

1) จิต คือทำจิตให้สะอาดแจ่มใสด้วยการนึกถึงความตายเป็นอริยสัจ นึกถึงคุณพระพุทธ คุณพระนิพพาน คุณพระอริยสงฆ์ เป็นการห้ามจิตไม่คิดวิตกกังวลฟุ้งซ่านเป็นทั้งสมาธิและวิปัสสนาญาณรวมกัน

2) เจตสิก คืออารมณ์จิตทั้งหลายแหล่แส่ส่ายไปทั่วโลก ก็หัดห้ามอารมณ์ใจให้เป็นหนึ่ง คือ มีเมตตาและวางเฉยในเมื่อสุข ๆทุกข์ ๆ เกิดขึ้นให้มีอารมณ์เดียวเป็นสมาธิมีปัญญาดี

3) รูป คือ รูปร่างกายที่จิตเรานั้นมาอาศัยอยู่ชั่วคราวจิตอย่าไปหลงรักรูปร่างกายเรา รูปร่างกายเขาหรือทรัพย์สมบัติ ลาภ ยศ สรรเสริญใด ๆ ในโลก

เพราะรูปวัตถุ คน สัตว์ เหล่านี้แปรปรวนเสื่อมสลายพังไปไม่มีอะไรเหลือในที่สุด

4) **<u>พระนิพพาน</u>** ให้ตั้งจิตตั้งใจไว้ว่า ร่างกายที่สกปรกเน่าเหม็นเป็นที่พักอาศัยของจิตชั่วคราว ทั้งรูปทั้งนาม คือ ขันธ์ 5 แตกสลายตายไปเมื่อไร จิตเรามีจุดหมายปลายทางที่ไป คือ พระนิพพาน

แต่รวมยอดสั้นที่สุดก็คือ จิตเราไม่มีวันตายเป็นอมตะ ไม่สูญสลาย จิตมีจริง พระนิพพานก็เป็นของจริง รูปร่างกาย เจตสิกอารมณ์ดีชั่วต่าง ๆ เป็นของปลอม ไม่ต้องสนใจของปลอมของสมมุติ ให้สนใจของจริง คือ จิตและพระนิพพาน เป็นของง่ายที่สุด ถ้าแยกจิตออกจากกายได้ ก็ชื่อว่าผู้นั้นเข้าใจ 84000 พระธรรมขันธ์

ผู้ไม่ติดใจขันธ์ 5 ชื่อว่ามีพระไตรปิฎกที่อยู่ในจิต พระธรรมทั้ง 84000 พระธรรมขันธ์ทั้งหมดก็มาลงที่ให้ละทิ้งปล่อยวางขันธ์ 5 เราขันธ์ 5เขาทั้งนั้น

ขอตอบ โดยย่อจาก 84000 พระธรรมขันธ์ นั้นให้เหลือเพียง 2 อย่างคือ

1. <u>โลกียธรรม</u> คือ ธรรมที่คนสัตว์อยู่ร่วมกันในโลกอย่างสันติสุข คือ เมตตาให้ทานมีศีล 5 ครบ ถ้าตอบตามแบบพระอภิธรรม คือ รูปร่างกายคน สัตว์ สิ่งของเป็นของเสื่อมสลาย รวมทั้งเจตสิกอารมณ์ทั้ง 52 ชนิดก็ไม่ถาวรเกิด ๆ ดับ ๆ หายไป ไม่ใช่ของจริง เป็นของชั่วคราวทั้งสิ้นในโลกนี้

2. <u>โลกุตตรธรรม</u> คือ ความจริงที่ยกระดับจิตคนเทพพรหมเป็นพระอริยเจ้าสู่พระนิพพาน ถ้าจะตอบแบบนักอภิธรรม คือ ของจริงแท้มีแต่จิตกับพระนิพพาน นอกจากจิตและพระนิพพานแล้ว นอกนั้นเป็นของปลอมของสมมุติทั้งสิ้น โลกุตตรธรรม จึงเป็นธรรมะเหนือโลกไม่มีการเวียนเกิดเวียนตาย ไม่สูญสลายไปด้วยอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา มีอยู่ 2 อย่าง คือ จิตและนิพพานเป็นของจริง ตาเนื้อมองไม่เห็นจิตหรือนิพพาน แต่รู้ได้ด้วยทิพยจักขุญาณคือ จิตเป็นทิพย์ ผู้ที่จะเข้าใจจิตและพระนิพพานได้ถูกต้อง คือ พระอริยเจ้าตั้งแต่ขั้นพระโสดาปฏิมรรคถึงพระอรหัตตผล สำหรับพระโยคาวจร คือ เราท่านผู้ปฏิบัติธรรมที่ฝึกมโนมยิทธิได้โดยพระเมตตาขององค์สมเด็จพระศากยมุนีบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าโปรดช่วยยกจิตให้เหล่าพุทธบริษัทได้เข้าอภิวาทกราบแทบพระบาทพระพุทธองค์ได้ง่าย ๆ ได้เข้าใจในสภาวะพระนิพพาน

ตามความเป็นจริงจะได้ก้าวหน้า เข้าใจพระธรรมคำสอนบรรลุอริยมรรคอริยผลตามองค์พระตถาคตได้ง่ายรวดเร็วว่องไวในชาติปัจจุบันนี้

พระไตรปิฎก เรื่อง มหาสติปัฏฐานสูตร (เล่มที่ 22 หน้า 144)

พระพุทธพจน์เรื่อง สัญญาวิโมกข์

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุพึงเป็นผู้ตั้งใจดีมีสติระลึกนึกถึงธรรมะ 5 ประการตลอดทุกลมหายใจเข้าออก ทำไว้ในจิตใจให้มาก ๆ ตลอดเวลา มีความรู้ปัญญาชาญฉลาด พิจารณาธรรม 5 ประการนี้ ภิกษุพึงหวังผลได้ 2 อย่าง คือ **<u>เป็นพระอรหัตผลในปัจจุบันนี้</u>** แต่ถ้ายังมีความยึดถือในร่างกายเหลืออยู่ ก็พึงหวังผลได้เป็น**<u>พระอนาคามีผล</u>** ธรรม 5 ประการ คือ

1. <u>อสุภสัญญา</u> ภิกษุพึงเป็นผู้พิจารณาเห็นความเหม็น สกปรกน่ารังเกียจน่ากลัวของร่างกายเหมือนซากศพทั้ง ๆที่ยังไม่ตาย จิตจะไม่หลงรักร่างกายเขา ร่างกายเรา

2. <u>อาหาเรปฏิกูลสัญญา</u> ภิกษุพึงพิจารณาอาหารก่อนลงมือฉันให้เห็นว่าอาหารทั้งหลายมาจากซากพืชซากศพ ที่มาประกอบเป็นอาหารเป็นของสกปรกมาจากธาตุดินที่สกปรก จิตจะได้ไม่หลงติดในรสอร่อยของอาหาร

3. <u>สัพพโลเกอภิรัตสัญญา</u> ภิกษุพึงเป็นผู้ไม่มีความยินดีชอบใจใจรูป รส กลิ่น เสียง ลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุขใด ๆ ในโลก ไม่ติดใจในร่างกายเราร่างกายเขา ซึ่งเป็นเพียงที่อาศัยชั่วคราวของจิตเรา ร่างกายตายจิตเราก็ต้องไปหาที่อยู่อาศัยใหม่ มีบุญก็ไปสวรรค์ มีบาปก็ไปนรกเป็นต้น ภิกษุไม่พึงยึดมั่นสิ่งใด ๆ ในโลก ไม่มีสิ่งใด ๆ ในโลกนี้น่าอภิรมย์มีแต่ความเสื่อมสลายสูญหายทุกอย่าง

4. <u>อนิจจสัญญา</u> ภิกษุพึงเป็นผู้พิจารณาเห็นความเปลี่ยนแปลง แปรปรวนไม่คงที่ในทุกสิ่งทุกอย่าง ทั้งร่างกาย อารมณ์ของใจ รวมทั้งลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุข ไม่มีอะไรใด ๆในโลกเป็นที่พึ่งได้จริง เพราะ ผุพังเสื่อมสลายหายไปหมดในที่สุด

5. <u>อนัตตสัญญา</u> ภิกษุพึงเป็นผู้มีความคิด ความเห็นพิจารณาดูว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ ไม่ว่าสิ่งมีชีวิตไม่มีชีวิตเดินทางเข้าไปหาความเสื่อมสลายสูญ

หายตายจากกัน ไม่มีอะไรหลงเหลือ คงที่ คงทนสักหนึ่งอัน ไม่มีอะไรจีรังยั่งยืน มีแต่ความตายตลอดเวลา ตายไปทีละน้อย ๆ ให้มี มรณะสัญญาอยู่ในใจ จิตของภิกษุทั้งหลายจะค่อย ๆคลายความยึดถือผูกพันในขันธ์ 5 ร่างกายและทุกสิ่งทุกอย่างใด ๆ ในโลก

<u>พระไตรปิฎก</u> (เล่มที่ 17 หน้า 14)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สิ่งใดไม่ใช่ของเธอทั้งหลาย คือร่างกายขันธ์ 5 รูปกับนาม เธอทั้งหลายจงละสิ่งนั้นเสีย คือ จิตเลิกละ ไม่หลงรูปนามร่างกายเสีย สิ่งอันนั้นคือ ขันธ์ 5 ร่างกายที่จิตเธอละเลิก ไม่สนใจกายเรา กายเขาแล้วจะเป็นไปเพื่อประโยชน์เกื้อกูล มีความสุขมาก ไม่มีความทุกข์อีกต่อไป

คำว่า นิพพาน แปลว่า ดับ

1. ดับจากกิเลสในขณะที่มีชีวิตอยู่

2. ดับขันธ์ 5 รูป-นาม ออกจากจิต คือ แยกจิตสะอาดออกจากกายขันธ์ 5 ที่สกปรก

3. <u>อารมณ์จิตบริสุทธิ์ไม่ได้ดับไปด้วย</u>

พระนิพพานเป็นทิพย์วิเศษกว่าสวรรค์ พรหม พ้นจากอำนาจวัฏฏสงสาร อำนาจกฎของบาปกรรม จิตที่เข้าแดนทิพย์นิพพานมีรัศมีดั่งดวงประทีปแห่งความดี ดวงไฟยิ่งโชติช่วงชัชวาล มีรูปทิพย์กายทิพย์ในสว่าง จะเปลี่ยนแปลงรูปทิพย์ให้มีรูปลักษณะใหญ่เล็กมากน้อย จะไปไหนได้รวดเร็วว่องไว จะเปลี่ยนรูปทิพย์กายทิพย์ให้ว่างเปล่าไม่มีรูปลักษณ์ก็ได้ แต่จิตพระนิพพานไม่มีวันตาย วันสูญสลาย มีความสุขสบายตลอดกาล ไม่มีอะไรมารบกวนได้ ดังนั้น พุทธบริษัท ทุกท่านควรหมั่นรำลึกถึงพระนิพพานเพราะทำให้จิตสะอาด ปราศจากกิเลสเศร้าหมอง จิตเบิกบาน เพราะจิตมีพระนิพพานอยู่ในจิตใจ

นิพพานนัง ปรมัง สูญญัง แปลว่า พระนิพพานเป็น โลกุตตรธรรมว่างจากกิเลสทั้งสิ้น ว่างจากอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ว่างจากบาปกรรม กรรมตามไม่ถึง การนึกถึงพระนิพพานเป็นกรรมฐานที่ง่ายทำได้ทุกอิริยาบถ เป็นคุณสมบัติของพระอริยสาวกพระอริยบุคคลตั้งแต่พระโสดาบัน พระสกิทาคามี

พระอนาคามี พระอรหันต์ ดังนั้นผู้ที่ปรารถนาพ้นทุกข์จึงควรมีพระนิพพาน-ไว้ในใจตลอดไป ถ้าแม้ตายบุญวาสนาบารมีไม่ถึงพระนิพพานก็เป็นปัจจัยอุปนิสัยในเทวโลก พรหมโลก ปฏิบัติธรรมยกระดับจิตเข้าสู่แดนทิพย์นิพพานได้โดยง่าย ไม่ต้องมาลำบากลำบน เริ่มต้นเป็นคนดังชาตินี้อีก

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนพระสาวกแต่ละท่านดังนี้

กุลลเถรคาถา ดูก่อนกุลลภิกษุท่านจงดูร่างกายอันกระสับกระส่ายไม่สะอาดเป็นของเปื่อยเน่ามีของสกปรกโสโครกไหลเข้าไหลออกอยู่อันหมู่คนพาลพากันชื่นชม ร่างกายเราเป็นฉันใด ซากศพนั้นก็เป็นฉันนั้น

สีหะเถระคาถา ดูก่อนสีหะ ท่านจงอย่าประมาท อย่าเกียจคร้านทั้งกลางวันและกลางคืน จงหมั่นอบรมกุศลธรรมให้เกิดขึ้นในจิต จงละความพอใจรักใคร่ในอัตภาพร่างกายที่มีแต่ความเสื่อมสลายเสียโดยเร็วเถิด

เอรกะคาถา ดูก่อนเอรกะ กามคือ ความรักใคร่พอใจในรูปร่างกาย ความลิ้มรสกลิ่นหอม เสียงเพราะ สัมผัสอ่อนนุ่ม มีแต่ความทุกข์ เพราะเป็นของแปร ปรวนตลอดเวลา กามนี้ไม่ใช่ความสุขจริง ผู้ใดไม่สนใจกาม ผู้นั้นชื่อว่าไม่สนใจทุกข์ จะมีแต่ความสุขจริง

มาลุงกยปุตตเถรคาถา ดูก่อนมาลุงกยปุตต ตัณหาคือความอยากย่อมมีแก่คนสัตว์ผู้ประมาท บุคคลผู้มีจิตตกอยู่ในอำนาจของตัณหา ย่อมเร่ร่อนไปในภพน้อยใหญ่ เหมือนลิงอยากได้ผลไม้ย่อมเร่ร่อนไปในป่าฉะนั้น จงทำตามพระพุทธพจน์ อย่าปล่อยเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์ จงเจริญญาณ อานาปานุสติเอาชนะกิเลส เห็นโทษทุกข์ของร่างกายนี้ กำจัดมารความพอใจในความสุขกายทั้งหลาย ผู้ที่ปล่อยเวลาไปโดยเปล่าประโยชน์ ไม่พิจารณาร่างกายเราเขาตายแล้วย่อมไปแออัดยัดเยียดเศร้าโศกกันในนรก

สิริมัณฑคาถา ดูก่อนสิริมัณฑ โลกถูกมัจจุราชเผาสุม ถูกชรารุมล้อมถูกศรตัณหาทิ่มแทง ถูกความปรารถนาแผดเผาทุกเมื่อ ไม่มีสิ่งใดต้านทานได้มีความเดือดร้อนอยู่เป็นนิตย์ เหมือนคนกระทำ ได้รับอาชญาเดือดร้อนอยู่ฉะนั้น

ชรา พยาธิ มรณะ ทั้ง 3 ดุจกองไฟตามเผาไหม้หมู่สัตว์โลกไม่มีกำลัง

ต่อต้าน ไม่มีกำลังจะหนีไปได้ ดังนั้นบุคคลควรใช้เวลาทุกลมหายใจให้เป็นประโยชน์ รีบเร่งพิจารณาโทษของตัณหาร่างกายและเลิกละไม่สนใจโลกร่างกายอีกต่อไป

สัพพกามีเถระ ดูก่อนสัพพกามีเถระ สัตว์สองเท้านี้เป็นสัตว์ไม่สะอาด มีกลิ่นเหม็นเต็มไปด้วยซากศพพืชสัตว์ต่าง ๆ อยู่ในท้องมีของโสโครกไหลออกทั่วร่างกาย

กามคุณทั้ง 5 รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ที่มีปรากฏในรูปร่างกายชายหญิง ย่อมล่อลวงปุถุชนให้ลำบาก เหมือนพรานเนื้อดักเนื้อด้วยเครื่องดักเครื่องล่อฉะนั้น ปุถุชนใดมีจิตกำหนัดเข้าไปซ่องเสพหญิงนั้น ปุถุชนย่อมติดอยู่ในกรงขังเวียนว่ายตายเกิด ก่อภพก่อชาติขึ้นใหม่เพิ่มอีก ส่วนบุคคลใดงดเว้นไม่ติดพันหญิงนั้น บุคคลนั้นมีสติระงับตัณหา เราเห็นโทษในกามทั้งหลาย สลัดตนจากกามทั้งปวงได้บรรลุความหมดสิ้นกิเลส จิตมีสุขยอดเยี่ยม

ท่านสัพพกามีเถระกล่าวดังนี้ การถือตัวว่า ดีกว่าเขา เลวกว่าเขา ว่าเสมอเขา เราละเลิกแล้ว การถือตัวว่าเป็นเขาเป็นเรานั้นเราตัดขาดแล้ว การถือตัวต่าง ๆทั้งหมดเราตัดขาดแล้ว เพราะได้เห็นองค์พระโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า มีฤทธิ์รุ่งเรือง บรรลุสันติธรรมอันยอดเยี่ยมไม่ปรารถนาอวดคุณวิเศษแก่ใคร ๆ เป็นผู้ฝึกบุรุษให้รู้ธรรมอย่างรวดเร็ว

องคุลิมารคาถา องค์พระสวัสดิโสภาคย์ศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสหลังจากที่ท่านองคุลิมารซึ่งเคยฆ่าคนถึง 999 คน ได้เข้าบวชเป็นพระสาวกของพระพุทธองค์แล้วได้ปฏิบัติธรรมบรรลุเสวยวิมุติสุขเป็นพระอรหันต์ เรียกว่า สอุปาทิเสสนิพพาน ว่าดังนี้

ผู้ใดประมาททำบาปในตอนนั้น ภายหลังเขาไม่ประมาท ผู้นั้นย่อมทำโลกนี้ให้สว่างไสว เหมือนพระจันทร์พ้นจากเมฆหมอกบังฉันนั้น บาปกรรมที่เคยทำไว้แล้วย่อมถูกปิดกั้นไว้ด้วยบุญกุศล ผู้นั้นย่อมทำให้โลกนี้สว่างไสว

นันทาเถรีคาถา ดูก่อนน้องหญิงนันทา เธอจงพิจารณาอัตภาพร่างกายอันกระดูก 300 ท่อนยกขึ้นแล้ว อันกระสับกระส่ายไม่สะอาดเป็นของเน่าเปื่อย จงอบรมจิตให้ตั้งมั่นมีอารมณ์เดียวด้วย อสุภภาวนา

อนึ่ง เธอจงอบรมจิต บรรเทาซึ่งอนุสัย คือ มานะ คือ ยึดมั่นในตัวตน เพราะการละมานะตัวตนว่าดีเสียได้จักเป็นผู้สงบสุข

<u>พระไตรปิฎก เรื่อง สัญโญชนปหานสูตร</u> (เล่มที่ 19 หน้า 993)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย สมาธิที่กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกอันภิกษุเจริญทำให้มากแล้ว ย่อมมีประโยชน์เพื่อละสังโยชน์ 10 ซึ่งเป็นกิเลสร้อยรักให้จมอยู่ในการเวียนว่ายตายเกิด

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เจริญสมาธิด้วยอานาปานสติ ด้วยการเอาจิตพิจารณาดูลมเข้าลมออกแล้วให้มาก นั้นจะทำให้จิตตั้งมั่นแน่วแน่มีปัญญาสละละกิเลส ย่อมยังวิชชา และวิมุตติความสุขให้บริบูรณ์

ธรรมทาส คือ ธรรมที่พระอริยสาวกกระทำแล้ว มีความเจริญทั้งในโลกนี้โลกหน้า มีพระนิพพานเป็นจุดหมายปลายทางในเบื้องหน้าคือ

1. เป็นผู้มีศรัทธาเลื่อมใส มั่นคงในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์
2. ประกอบด้วยศีล 5 ครบบริบูรณ์
3. ระลึกนึกถึงความตายทุกลมหายใจเข้าออก ไม่ประมาทในชีวิต
4. มีจุดหมายปลายทางในชีวิต คือ ทำความดีทุกอย่างเพื่อพระนิพพาน

ธรรมทั้งหมดนี้เป็นคุณสมบัติของพระโสดาบัน

<u>พระไตรปิฎก เรื่อง อวิชชาสูตร</u> (เล่มที่ 19 หน้า 607)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความไม่รู้ว่าร่างกายขันธ์ 5 โลกนี้ทั้งโลกเป็นทุกข์ ความไม่รู้สาเหตุของทุกข์ คือ จิตเข้าไปติดกับกาย ความไม่รู้วิธีดับทุกข์ ไม่รู้หนทางจะให้ความทุกข์หมดไปเรียกว่า มีอวิชชา

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ความรู้ที่เห็นแล้วว่าร่างกายมีแต่ปัญหา มีแต่ทุกข์ร้อน ความรู้ในเหตุแห่งทุกข์คือ ความอยากมีร่างกายดีงามแข็งแรง ร่ำรวย ความรู้ในทางดับทุกข์ด้วยการปล่อยวางสละร่างกายให้คืนไปเป็นธาตุเดิมของธรรมชาติคือ ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่ต้องการร่างกายขันธ์ 5 อีกต่อไป เบื่อหน่ายที่จะมีร่างกายเราเขานี้ เรียกว่า มี วิชชา มีความรู้ถูกต้องตามความเป็นจริง

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ดังนั้น เธอพึงกระทำความเพียรพยายามให้รู้ตาม

ความเป็นจริงว่า รูปร่างกายนี้เป็นเหตุของทุกข์ ดับความอยาก คือ ดับทุกข์ ไม่สนใจร่างกายเป็นนิโรธ มีศีล สมาธิ ปัญญา ดูร่างกายวัตถุทุกอย่างสูญสลายในที่สุดเป็นมรรคผลเป็นหนทางไปสู่พระนิพพาน

พระไตรปิฎก เรื่อง สมาธิสูตร (เล่มที่ 17 หน้า 17)

ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย เธอทั้งหลายจงเจริญสมาธิ มีจิตตั้งมั่น พิจารณารูปร่างกายสัตว์สิ่งของ ตามความเป็นจริงว่า ทุกอย่างเกิดขึ้นแล้วผุพังเสื่อมสลาย มีความเกิดความดับเปลี่ยนแปลงตลอดเวลา จิตของภิกษุทั้งหลาย ไม่เพลิดเพลิน ไม่ยินดีไม่ติดใจไม่อยากได้หมดไป อุปาทานจึงดับ เพราะอุปาทานดับ ภพจึงดับ ภพภาวะการมีการเกิดดับ ชาติการเกิดแต่ละชาติจึงดับ ถ้าไม่มีชาติการเกิด ความทุกข์ทั้งมวลจึงดับ

ภิกษุทั้งหลาย รูปร่างกายที่เป็นอดีต อนาคตไม่คงที่เป็นทุกข์ เป็นอนัตตา คือ ไม่มีใครบังคับได้ จะกล่าวไปไยกับรูปกายในปัจจุบันเล่า อริยสาวกผู้ได้ฟังได้เห็นอยู่นี้ ย่อมเป็นผู้ไม่มีความอาลัยในรูปที่เป็นอดีต ไม่เพลิดเพลินในรูปปัจจุบัน อนาคต ย่อมเป็นผู้ปฏิบัติเพื่อคลายกำหนัด ดับรูปปัจจุบันออกจากจิต เพราะเบื่อหน่าย คลายกำหนัดในรูปขันธ์ 5 ปัจจุบัน จิตจึงหลุดพ้นจากกิเลส ย่อมมีญาณรู้ว่าจิตหลุดพ้นเป็นอิสระแล้ว ภพชาติสิ้นไม่เกิดอีกแล้ว กิจอื่นที่จะเกิดอีกไม่มีแล้ว

พระธรรมกถึก คือ ผู้ไม่ยกตน ไม่ข่มผู้อื่น ไม่พึงกระทบกระทั่งผู้อื่น ไม่กล่าวคุณความดีของตนในที่ชุมชนเพื่อมุ่งลาภผล ไม่มีจิตฟุ้งซ่าน พูดพอประมาณ มีจริยามารยาทงาม ประพฤตินอบน้อม มีปัญญาเฉลียวฉลาด เป็นผู้แสดงธรรม เพื่อความเบื่อหน่ายคลายกำหนัดจากร่างกายเราร่างกายบุคคลอื่น มีศีล 5 ครบ พึงถึงพระนิพพานไม่ยากเลย

ภิกษุผู้ใดได้บรรลุนิพพานในปัจจุบัน คือ ภิกษุผู้หลุดพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด เพราะเบื่อหน่ายคลายกำหนัดในขันธ์ 5 รูปร่างกาย ไม่ยึดถือมั่น รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เป็นของตนต่อไป

พระอรหันต์มีความรู้สึกของความทุกข์ ความเจ็บปวด หิว ไม่สบายของร่างกายขันธ์ 5 ทุกอย่าง แต่ท่านมีอารมณ์เดียว คือ อารมณ์รู้แล้วละเลิกไม่เก็บเป็นกังวลใจ นิ่ง เฉยในความทุกข์ของร่างกาย รักษาดูแลร่างกาย ไม่ให้ทุกข์ทรมานจนเกินไป จิตปล่อยวางว่างไม่สนใจกาย มีจิตเป็นสุข รู้ว่ามีกายเป็นชาติสุดท้าย ถ้ากายยังไม่ตายก็มีชีวิตอยู่เพื่อสงเคราะห์ผู้อื่นให้เข้าใจความจริงของโลกเป็นทุกข์ ความจริงของพระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ตรัสว่า

พระนิพพานเป็นเอกันตบรมสุข มีความสุขอย่างยิ่ง แต่ว่า คนที่จะถึงพระนิพพานได้ ต้องพยายามตัดโลภะ โทสะ ความโกรธ โมหะ ความหลง คิดไตร่ตรองดูให้เห็นว่า ร่างกายไม่มีสาระ แก่นสาร มีแต่โทษเพราะแปรปรวนตลอดเวลา มีความไม่สบายกายไม่สบายใจเป็นทุกข์แล้วแตกสลายตายไปในที่สุด จิตเราบังคับกายไม่ได้เลย มองให้เห็นว่า จิตกับกายเป็นคนละส่วนกัน กายไม่ใช่จิต จิตก็ไม่ใช่กาย ถ้าตัดสินใจว่า กายไม่ใช่เรา ไม่มีในเรา ไม่เป็นของเราเสียได้แล้ว ก็ตัดทุกสิ่งทุกอย่างในโลกออกจากจิตได้หมดก็ชื่อว่าเป็นพระอรหันต์

ท่านพระอนุรุทฟังเทศน์จากองค์สมเด็จพระพิชิตมารเพียงเท่านี้ ก็เข้าป่าเจริญสมณธรรมคือ กรรมฐาน ทรงจิตให้เป็นสมาธิดีแล้วก็พิจารณาว่า ร่างกายขันธ์ 5 ไม่ใช่เรา ไม่ใช่ของเรา ร่างกายเป็นเพียงธาตุ 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ ผสมกันชั่วขณะเรียกว่า คน แล้วก็เสื่อมทรุดโทรมตายในที่สุด ยังไม่ตายก็เป็นทุกข์ดูแลทำความสะอาด มีโรคภัยเบียดเบียน ร่างกายนี้เหม็นเน่าไม่มีสาระแก่นสารประโยชน์อันใด มีแต่ความเร่าร้อนหาความสุขกายใด ๆ ไม่มี ท่านพิจารณาตามกระแสพระสัจธรรมขององค์พระจอมไตรโลกนาถเพียงเท่านี้ ปรากฏว่าได้บรรลุเป็นพระอรหัตผล เป็นพระขีณาสพในพระพุทธศาสนาเป็นเลิศในฌานสมาบัติ

จากพระไตรปิฎกฉบับประชาชน

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงถามปัญหา และทรงตอบปัญหาเองให้พระ

ภิกษุทั้งหลายฟังว่า

1. ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีอะไรเป็นต้นเหตุ มีอะไรเป็นแดนเกิด
ธรรมทั้งปวงมีความพอใจเป็นต้นเหตุ มีการทำไว้ในใจเป็นแดนเกิด

2. ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นที่รวม มีอะไรเป็นหัวหน้า
ธรรมทั้งปวงมีความรู้สึกสุข ๆทุกข์ ๆ เป็นที่รวม และมีสมาธิเป็นหัวหน้า

3. ธรรมทั้งปวงมีอะไรเป็นใหญ่ และมีอะไรเป็นแก่นสาร
ธรรมทั้งปวงมีสติความระลึกนึกถึงเอาไว้เป็นใหญ่ และมีวิมุติความหลุดพ้นจากทุกข์เวียนว่ายตายเกิดเป็นผลดี คือเป็นสุขอย่างยิ่ง

4. ธรรมทั้งหลายทั้งปวงมีอะไรเป็นที่สิ้นสุดหรือจบลงได้
ธรรมทั้งหมด มีพระนิพพานความสุขยอดเยี่ยมตลอดกาลเป็นที่จบ

จากพระไตรปิฎก เล่มที่ 30 หน้า 21

<u>องค์พระไตรโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตรัสสอน</u> ท่านกัปปะว่า

ดูก่อนกัปปะ เราจะบอกธรรมเป็นที่พึ่งแก่คนสัตว์ทั้งหลาย ผู้ดำรงอยู่ในการเวียนว่ายตายเกิด เมื่อมีกิเลส มีภัยใหญ่ ความป่วย ความชรา ความตายครอบงำแล้ว <u>ธรรมอันเป็นที่พึ่งแก่ท่าน แก่คนสัตว์ทั้งหลายนั่นคือ นิพพาน</u> อันไม่มีกิเลสเครื่องกังวล ไม่มีตัณหาความอยาก ไม่มีอุปาทาน ความยึดมั่นถือไว้ในจิตใจ <u>พระนิพพานเป็นโลกุตตรธรรม เป็นที่หมดสิ้นไปแห่งชรามัจจุราชนี้นั้นจึงชื่อว่า นิพพานเป็นที่พึ่งของคนสัตว์</u>

พระอรหันต์ขีณาสพเหล่าใด รู้ทั่วถึงนิพพานนั้นแล้ว เป็นผู้มีสติระลึกถึงนิพพานอันเข้าใจแล้ว จิตของพระอรหันต์ขีณาสพ ก็ไม่อยู่ในอำนาจขันธมาร กิเลสมารต่อไป

ท่านอุทยะกราบทูลถาม ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสบอก ธัญญวิโมกข์ อรหัตวิโมกข์ คือ ธรรมที่ทำลายอวิชชา เพื่อจิตบรรลุเป็นพระอรหันต์นั้นคือ อะไร

พระพุทธศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงตอบว่า

ดูก่อน อุทยะ เราขอบอก ธัญญวิโมกข์เป็นเครื่องละ กามฉันทะ โทมนัส บรรเทาความง่วง ความรำคาญ ธรรมอันนั้นคือ รู้นิ่งเฉย รู้เท่าทันกิเลส มีอุเบกขาในความทุกข์กาย ทุกข์ใจ มีความตรึกตรองในธรรม จิตมีนิพพานเพราะหมดความรัก ความอยากใด ๆ ในโลก มีสติไม่เพลิดเพลินหรือทุกข์ร้อนในความรู้สึกใดๆ ทำอย่างนี้ไปอยู่เสมอ จิตจึงจะพ้นจากขันธ์ 5 ชื่อ ว่า อรหัตวิโมกข์ หรือ ธัญญวิโมกข์

จากพระไตรปิฎก เล่มที่ 30 หน้า 293

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า

อมตะนิพพาน คือ ความสงบจากความคิดฟุ้งซ่านทั้งปวง ความสละคายคืนกิเลสทั้งปวง ความหมดสิ้นความอยากในโลกทั้งสาม ความคลายกำหนัดออกจากเครื่องร้อยรัด

พระนิพพานไม่มีรูป วัตถุ รูปคน ขันธ์ 5 ไม่มีดิน น้ำ ลม ไฟ แต่ว่ามีอายตนะทิพย์ของนิพพาน ตา หู จมูก ลิ้น กายนิพพาน จิตนิพพานยังมีอยู่ กายเป็นกายธรรมกายนิพพาน ละเอียดงดงามกว่ากายเทพ กายพรหม มีแสงสว่างไสว กายนิพพานเบายิ่งกว่าลม อิสระเสรีไปไหน ๆ ได้ทันทีรวดเร็ว ตามี หูมี มือมี เท้ามี แขนมี ขามี มีศีรษะ แต่ขาดอวัยวะภายใน หัวใจ ตับ ปอด สมอง เลือด อุจจาระ ปัสสาวะไม่มี ไม่มีระบบประสาท วิญญาณไม่มี ขันธ์ 5 รูปนาม ความรู้สึกเจ็บปวดทุกข์ทรมานไม่มี กายทิพย์นิพพานจะปรับเปลี่ยนใหญ่เล็กลงได้ แต่จิตนิพพานยังคงอยู่เป็นสุขยอดเยี่ยมบรรยายอย่างไรก็ไม่มีวันเข้าใจ หรือหมดสิ้นเพราะพระนิพพานมีทุกอย่างที่โลกไม่มี มีความมหัศจรรย์สมปรารถนาทุกประการ มีความรู้ยิ่งอยากรู้อะไรรู้ได้ทันที นอกจากว่า จิตของท่านผู้นั้นสัมผัสสภาวะพระนิพพานได้

จากพระไตรปิฎก เล่มที่ 25 หน้า 527

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสว่า

พระนิพพานเป็นธรรมชาติเปิดเผย มีความเป็นสุขมากกว่าพระราชา และมีความสุขกว่าทิพย์ของสวรรค์ พรหมสมบัติ พระนิพพานมีอยู่ในจิตของ

พระอริยเจ้าทั้งหลาย จิตพระอริยเจ้า ไม่ยึดติดกับร่างกายขันธ์ จิตท่านจึงไม่มีอวิชชา ตัณหา อุปาทาน ไม่มีสังขาร สัญญา วิญญาณ เวทนาเข้ามาครอบงำ ไม่มีความหวั่นไหว กระวนกระวายเร่าร้อนในร่างกาย ไม่มีมานะยึดมั่นในร่างกายซึ่งเป็นของปลอม

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสจบ จิตของพระภิกษุทั้ง 60 รูป เข้าใจในพระธรรม จิตของพระภิกษุสละเลิกยึดติดในร่างกายแล้วหลุดพ้นจากกิเลสทั้งหลาย เพราะจิตไม่ยึดมั่นถือมั่นในขันธ์ 5 อีกต่อไป

ธรรมะจากพระไตรปิฎก เล่มที่ 25 หน้า 63

พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสตอบปัญหาของเทวดาดังนี้

1. อะไรเป็นเพื่อนของคน

ความเชื่อมั่นในพระรัตนตรัยเป็นเพื่อนของคน

2. อะไรย่อมปกครองคนนั้น

ปัญญาความรู้ความฉลาดย่อมปกครองคนนั้น

3. อะไรทำให้คนเกิด

ตัณหาความอยากเกิดทำให้คนเกิด

4. อะไรของคนนั้นย่อมวิ่งพล่าน

จิตของคนนั้นย่อมวิ่งพล่านฟุ้งซ่านไปทั่ว

5. อะไรเวียนว่ายในทะเลทุกข์

คนสัตว์เวียนว่ายในทะเลทุกข์

6. อะไรเป็นที่พำนักที่พักของสัตว์นั้น

กรรมเป็นที่พักของคนสัตว์

7. อะไรบัณฑิตกล่าวว่าผิด

ราคะ โทสะ บัณฑิตกล่าวว่าผิด

8. อะไรสิ้นไปตามคืนและวัน

วัน อายุ สิ้นไปตามคืนและวัน

9. อะไรเป็นมลทินของพรหมจรรย์

กามราคะ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส เป็นมลทินของพรหมจรรย์

10. อะไรมิใช่น้ำแต่เป็นเครื่องชำระล้าง

ความบริสุทธิ์ของศีล สมาธิ ปัญญา ล้างกิเลส ตัณหา อวิชชา อุปาทาน

11. อะไรเป็นมิตรในเรือนตน

บิดามารดาเป็นมิตรในเรือนตน

12. อะไรเป็นมิตรของคนมีธุระ

เพื่อนเป็นมิตรของคนมีธุระ

13. อะไรเป็นมิตรติดตามถึงชาติหน้า

ผลบุญของทานศีลภาวนาติดตามถึงภพหน้า

14. อะไรเป็นที่ปรารถนาของมนุษย์ทั้งหลาย

ลาภยศสรรเสริญเจริญสุข คนรัก บุตรธิดา เป็นที่ปรารถนาของมนุษย์ทั้งหลาย

15. อะไรเป็นสหายในโลกนี้

ภริยา-สามี เป็นสหายในโลกนี้

16. อะไรเป็นภัยใหญ่ของคนสัตว์ในสงสาร

การมีขันธ์ 5 รูปร่างกาย ขันธ์ 5 เป็นภัยใหญ่ของคนสัตว์ในวัฏฏสงสาร

17. อะไรยังประโยชน์ให้สำเร็จตราบเท่าชรา

ทาน ศีล ยังประโยชน์ให้สำเร็จตราบเท่าชรา

18. อะไรตั้งมั่นแล้วยังประโยชน์ให้สำเร็จ

จิตตั้งมั่นศรัทธาในพระตถาคตแล้ว ง่ายต่อการสำเร็จประโยชน์พระนิพพาน

19. อะไรเป็นรัตนะที่พึ่งของคนทั้งหลาย

ความรู้ว่าโลกแปรปรวนเป็นทุกข์สูญสลาย ว่างเปล่าเป็นอนัตตาเป็นรัตนะที่พึ่งของคนทุกคน

20. อะไรหนอย่อมทรุดโทรม

คนสัตว์ วัตถุทุกอย่างในโลกย่อมทรุดโทรม

21. อะไรหนอเป็นอันตรายแก่ธรรม

ความลุ่มหลงในลาภยศ สรรเสริญ โลกียสุข เป็นอันตรายต่อโลกุตตรธรรม

22. อะไรหนอละได้ยากในโลกนี้

ความอยากได้ในโลกียสมบัติ ความสุขทางกาย ละได้ยากในโลกนี้

23. คนสัตว์เป็นอันมากติดอยู่ในอะไร

ติดอยู่ในความอยาก ในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส สุขทางร่างกาย

24. อะไรหนอเป็นแสงสว่างในโลก

ปัญญาความรู้ว่าโลกนี้ไม่มีอะไรเป็นสุขจริง เพราะเป็นอนัตตา สูญสลายว่างเปล่า เป็นจิตของพระอริยเจ้า เป็นแสงสว่างในโลก

25. อะไรหนอเป็นธรรมเครื่องตื่นอยู่

สติ- ความระลึกนึกถึงความตาย ตั้งใจมุ่งตรงเพื่อพระนิพพานเป็นเครื่องตื่นอยู่

26. บุคคลฆ่าอะไรเสียได้จึงเป็นสุข

บุคคลฆ่าความโกรธเสียได้จึงเป็นสุข

29. บุคคลฆ่าอะไรเสียได้จึงไม่โศกเศร้า

บุคคลฆ่าความหลงในรูปกายเราเขาเสียได้จึงไม่เศร้าโศก

30. แสงสว่างในโลกนี้มีกี่อย่าง

แสงสว่างในโลกนี้มี 4 อย่างคือ

1) แสงสว่างจากดวงอาทิตย์

2) แสงสว่างจากดวงจันทร์

3) แสงสว่างจากดวงไฟ, ไฟฟ้า

4) แสงสว่างจากแสงธรรม นำจิตคนสัตว์เข้านิพพาน

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสรรเสริญแสงธรรม ประเสริฐ ทำให้โลกอยู่เป็นสุขและเป็นแสงนำทางไปแดนเอกันตบรมสุขตลอดกาล คือ แสงแห่งพระนิพพาน

จิตพระอริยเจ้า จิตพระผู้มีพระภาคเจ้าทุก ๆ พระองค์มีแสงฉัพพรรณรังสีรัศมี 6 ประการ เป็นแสงแห่งพระคุณความดี คือ บุญบารมี มีมากน้อยแตกต่างกัน เทพเทวดา พรหมก็มีแสงแห่งรัศมีกายทิพย์ มากน้อยจากอานิสงค์ผลบุญที่ปฏิบัติด้วย ทาน ศีล สมาธิ ภาวนา

สรุปคุณวิเศษยิ่งของพระอภิธรรมมัตถสังคหะ 9 ปริเฉท

ย่อความโดยเกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ

1. พระอภิธรรมปิฎก หมายถึงอะไร

พระอภิธรรมปิฎก หมายถึง หลักธรรมสำคัญอันยิ่งใหญ่ เป็นธรรมะเหนือโลก เป็นหลักธรรมหัวข้อธรรมะ หลักวิชาธรรมะล้วน ๆ เป็นอมตะธรรม ไม่มีข้อกล่าวอ้างบุคคล พาดพิงเหตุการณ์เรื่องราวต่าง ๆ เป็นธรรมะที่จริงแท้ ที่ทำให้จิตฉลาดสว่างไสว เป็นจิตของพระอริยสาวก เข้าถึงจุดมุ่งหมายของชีวิต คือ พระนิพพานได้ง่ายรวดเร็ว

ชาวพุทธส่วนใหญ่ยังมีความเข้าใจผิดคิดว่า พระอภิธรรมปิฎก หมายถึง พระธรรมอันสำคัญยิ่งนั้นมีอยู่ในหมวดพระอธิธรรมปิฎกเท่านั้นและยากที่จะเข้าใจได้

ความจริงพระอภิธรรม คือ หลักธรรมอันสำคัญยิ่งนั้น มีอยู่ในตัวเรานี้เอง คือ กายกับจิต หรือขันธ์ 5 กับจิต และอภิธรรม คือ หลักธรรมล้วน ๆ ก็มีอยู่ทั้งในพระวินัยก็คือ ศีล ทั้งในพระสูตรและในธรรมชาติ ถ้าจิตเราฉลาดสะอาดเป็นกุศลจะเข้าใจมองโลกในทางเป็นจริง คือ มีแต่ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา เปลี่ยนแปลงสึกหรอ มีเรื่องให้แก้ไขปัญหาตลอดเวลา แล้วผุพังสูญสลายไปในที่สุดนั้น ก็ คือ อภิธรรม

ผู้ที่ศึกษาอภิธรรมปิฎกหรือจบพระไตรปิฎก คือ พระอรหันต์ขีณาสพ หรือ พระอเสขะ ถึงแม้ท่านจะไม่เคยอ่านพระไตรปิฎกหรือไม่เคยอ่านพระอภิธรรมปิฎก แต่ท่านปฏิบัติสมถภาวนาแยกจิตออกจากกายได้ไม่มีกิเลสร้อยรัด คือ สังโยชน์ 10 อย่างไม่ต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไป ถือว่าท่านจบหลักสูตรพระไตรปิฎกหรืออภิธรรมปิฎก

ในสมัยพุทธกาล มีพระที่ท่านบรรลุอรหัตตผลรวดเร็วที่สุด คือ ท่านพาหิยะเถระ ท่านเป็นพราหมณ์ผู้สูงอายุได้ข่าวว่าองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าปรากฏขึ้นแล้วในโลกท่านเกรงว่าท่านมีอายุมากแล้วอาจจะตายเสียก่อนได้ฟังธรรมะจากพระพุทธเจ้า ท่านจึงเดินทางจากเมืองไกลไปเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าทั้งคืนไม่ยอมพัก รุ่งเช้าจะเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้า ขอฟังขอรับพระธรรม

คำสอนวิชาพ้นทุกข์จากการเวียนว่ายตายเกิด พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงทราบท่านพาหิยะเดินทางไกลยังเหนื่อยอยู่และมีปีติมากเกินไปที่ได้เห็นพระพุทธเจ้า จึงตรัสให้ท่านรออยู่ก่อน พระพุทธองค์จะบิณฑบาตรให้เสร็จก่อน จากนั้นองค์พระบรมศาสดา จึงตรัสหัวข้อธรรมะอภิธรรมข้อเดียวคือ

"ดูก่อน พาหิยะ เธอจงอย่าสนใจในรูปร่างกาย"

เพียงเท่านี้ ท่านพาหิยะ เข้าใจธรรมะแจ่มแจ้ง จิตของท่านพาหิยะก็หลุดพ้นเป็นอิสระจากรูปร่างกาย กิเลส ตัณหา อุปาทาน มีวิชชา ทันใดนั้นจิตท่านบรรลุเป็นจิตพระอรหันต์ปฏิสัมภิทาญาณทันทีท่านจึงเป็นพระสาวกที่เลิศทางบรรลุอรหัตตผลเร็วที่สุด เพราะจิตท่านตั้งใจเต็มเปี่ยม มีศรัทธาเต็ม มีวิริยะเต็มอดทนเดินทางมีขันติบารมี มีอธิษฐานคือ ตั้งจิตมั่นในพระพุทธองค์เต็ม มีสัจจะคือความจริงใจที่จะฟังธรรม มีปัญญาเห็นว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้ธรรมทางพ้นทุกข์จริง มีอุเบกขาวางเฉยในขันธ์ 5 ร่างกายท่านแม้จะเหน็ดเหนื่อยยากก็วางเฉย ไม่ร้อนใจ บารมี 10 ท่านเต็มก็เข้าใจในพระธรรมได้ง่ายรวดเร็วเป็นพระอรหันต์ขีณาสพได้ง่ายเร็วที่สุด

พระอภิธรรมทั้ง 9 ปริเฉทนี้ถ้าอ่านเป็นตำราเป็นทฤษฎีจะไม่มีใครเข้าใจ ทำให้ปวดเศียรเวียนเกล้ายิ่งอ่านยิ่งงง เพราะศัพท์บาลีแปลก็ไม่ออก ถึงแปลออกก็ไม่รู้เรื่อง ผู้ที่สอนอภิธรรมส่วนมากก็สอนตามตำรา ยังไม่เข้าใจจริง ดิฉันคือผู้เขียนก็คิดว่าตัวเองโง่มากในชาตินี้ ไม่มีวันเข้าใจอภิธรรมจึงเลิกสนใจก้มหน้าก้มตั้งจิตตั้งใจเพียรพยายามปฏิบัติทางจิตท่าเดียว จนกระทั่งก่อนเขียนหนังสือธรรมประทานพรเล่ม 4 เผอิญตาเหลือบไปเห็นหนังสือพระอภิธัมมัตถสังคหะ 9 ปริเฉท ที่วางบนหัวเตียงนอนมานานหลายปี ไม่ได้สนใจเพราะอ่านแล้ว ไม่เข้าใจไม่มีปัญญา

กลับมาอ่านคราวนี้ เกิดความมหัศจรรย์ทางจิตอย่างประหลาดเหลือเชื่อ มีความเข้าใจได้ง่าย ๆ ทันที ทั้งปีติดีใจที่ได้เข้าใจพระอภิธรรมซึ่งไม่เคยคิดว่าชาตินี้จะอ่านรู้เรื่อง ทำให้มีจิตคิดจะเขียนอภิธรรมย่อ ๆ ง่าย ๆ ให้ท่านผู้อ่านและ เยาวชนรุ่นหลังได้เข้าใจถึงคุณวิเศษของพระอภิธรรม ซึ่งเป็นพระธรรมจากพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสอน แล้วมีพระอริยสงฆ์จำบันทึกให้ชนรุ่นหลังได้อ่านศึกษาประพฤติปฏิบัติต่อไป เพื่อดำรงคงไว้ซึ่งธรรมอันประเสริฐยิ่ง

ของพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

ขอกราบอภัยท่านผู้อ่าน ถ้าการเขียนพระอภิธรรมครั้งนี้ขาดตกบกพร่อง ผิดพลาดประการใด การเขียนครั้งนี้ดิฉันได้กราบแทบพระบาทองค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า ได้โปรดเมตตาให้ลูกได้เขียนพระอภิธรรมได้ถูกต้องตรงตามพระธรรมคำสอนและตามพระพุทธประสงค์ขององค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า ที่จะให้เหล่าพุทธบริษัทได้เข้าใจในพระอภิธรรมได้ง่าย ๆ ถูกต้องตามและรวดเร็ว

ขอสรุปพระอภิธรรมตามแบบพระคุณเจ้าหลวงพ่อพระราชพรหมยานท่านได้สรุปสั้น ๆดังนี้

ในพระอภิธรรมทั้ง 9 ปริเฉท จุดสำคัญจริง ๆมี 3 อย่างคือ

1. กุสลาธัมมา ธรรมะที่ดีที่เป็นบุญกุศลมีผลเป็นสุข ตายแล้วไปเสวยสุขเป็น มนุษย์สมบัติ สวรรค์ พรหม

2. อกุสลาธัมมา ธรรมะที่เป็นโทษเป็นทุกข์เป็นบาป ทำแล้วมีผลเกิดความทุกข์กายทุกข์ใจ ตายแล้วไปอบายภูมิ

3. อัพยากตาธัมมา ธรรมะเป็นอัพยากฤต คือ เป็นธรรมะที่สูงเหนือบุญเหนือบาป เป็นอมตะธรรม เป็นอนุตตรธรรมที่เหนือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา คือพระนิพพาน

จุดมุ่งหมายของพระอภิธรรมก็เพื่อยกระดับจิตทุกท่านที่อ่านเป็นจิตอัพยากฤตเหนือบาปบุญ เหนือ โลกเทวดา พรหม มีความสุขยั่งยืนนานไม่เสื่อมสูญสลายเหมือน นรก สวรรค์ พรหม ตายแล้วจิตสะอาดไปอยู่ในแดนบรมสุขตลอดกาลกับองค์สมเด็จพระพิชิตมารบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าที่พระนิพพาน

2. พระอภิธรรมทั้งหมดโดยย่อมีอะไรบ้าง

พระอภิธรรม คือ พระธรรมสำคัญยิ่งเป็นธรรมะที่เข้าถึงพระนิพพานได้ง่ายอย่างละเอียดและย่อมี 4 อย่างคือ

1) เรื่องของจิต จิตคน สัตว์ เทพ พรหม แต่ละคนมี 1 จิตที่เป็นอมตะ

2) เรื่องของเจตสิก คือ อารมณ์ที่ผ่านเข้าออกของจิตเกิดดับตลอดเวลา

3) เรื่องของรูป คือ ทุกอย่างที่มองเห็นได้ด้วยตาเนื้อ ทั้งโลก

4) พระนิพพาน เป็นของที่ตามองไม่เห็น แต่เห็นได้ด้วยจิตที่ฉลาด คือ จิตที่มีศีลครบ เคารพพระรัตนตรัยด้วยความจริงใจ มีปัญญาเห็นว่าร่างกายตายแน่ จิตใจไม่ได้ตายตามร่างกาย ท่านก็เข้าใจในพระนิพพานถูกต้องว่าเป็นแดนทิพย์วิเศษ ไม่มีขันธ์ 5ไม่มีทุกอย่างที่โลกมี พระนิพพานมีความสุขวิเศษทุกอย่างที่โลกไม่มี พระนิพพานของจริงไม่มีวันสูญสิ้นสลายเหมือนรูปและเจตสิก

อภิธรรมทั้ง 4 อย่างนี้มีอยู่ในตัวเราอยู่แล้ว ซึ่งแยกออกเป็นสองอย่างคือ

1) <u>รูปกายคนและเจตสิก</u> คือ อารมณ์ต่าง ๆ คือ ขันธ์ 5 ขันธ์ 5เป็นของสมมุติของปลอมที่เกิดจากตัณหาอุปาทาน กิเลสเกิดจากบาปกรรม มีอวิชชาความเข้าใจผิด จึงมีขันธ์ 5 และรูปกับเจตสิกหรือขันธ์ 5 นี้ เป็นผลมาจากกิเลสสังโยชน์ ทั้ง 10 มีแต่ความแปรปรวน เป็นปัญหาเป็นทุกข์และแตกสลายไม่มีอะไรเหลือ ไม่อยู่ในกฎข้อบังคับของจิตเรา จึงเรียกว่า ไม่ใช่ของเราจริงขันธ์ 5 รูป+นามเป็น โลกียธรรม

2) <u>จิต กับพระนิพพาน</u> เป็นของเราจริงเพราะเราบังคับจิตให้คิดดีคิดชั่วก็ได้ คิดชั่วเป็นทุกข์ เราจึงคิดแต่สิ่งที่ดีให้ผลเป็นสุข จิตที่คิดดีถูกต้องไม่หลงในรูป ไม่หลงในเจตสิก ท่านเรียกว่า จิตมีวิชชา จิตฉลาด อวิชชาความโง่ก็หายไป

จิตกับพระนิพพานอยู่เหนือ อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา เป็น โลกุตตรธรรม ไม่ใช่โลกียธรรม

จิตไม่ติดในรูปกายจิตไม่ยึดติดในอารมณ์เจตสิกไม่ติดในขันธ์5 ท่านเรียกว่า จิตมีพระอภิธรรมครบจนเป็นพระอริยสาวกตามขั้น ๆ ได้แปดขั้น ขั้นต่ำสุดก็ขั้นพระโสดาบันปฏิมรรค และจิตสลัดขันธ์ 5 แยกขันธ์ 5 หมดไม่สนใจทั้ง 3 โลก คือ จิตพระนิพพานเป็นจิตพระอรหันต์ขีณาสพ

จิตหรือกายทิพย์นิพพานมีอยู่แล้วเป็นความบริสุทธิ์ไม่มีธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ เป็นนิพพานธาตุพุทธิธาติ อสังขตธาตุ เป็นธาตุละเอียดเป็นอมตะไม่เกิดไม่ตาย ขันธ์ 5 อารมณ์กิเลสต่าง ๆ เป็นของมาทีหลัง

3. ทำอย่างไรถึงจะเข้าใจพระอภิธรรมได้ง่าย

พระอภิธรรมเป็นของง่ายจริง ๆ เพราะในร่างกายเราก็มีพระอภิธรรม

ปิฎก คือมี (1) จิต (2) มีรูป 1 คือ ร่างกาย (3) และมีเจตสิก คือ นามในขันธ์ 5 นั่นเองได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ทั้ง 4 อย่างนี้รวมกันเข้าอยู่ใน เจตสิก 52 ชนิด (4) พระนิพพาน ก็อยู่ในจิตใจเรา ถ้าจิตใจที่ปราศจากกิเลส สังโยชน์ทั้ง 10 ข้อของคน เทวดา พรหม เราไม่หลงทึกทักเอาขันธ์ 5 ที่เป็น โรงงานที่จิตมาอาศัยชั่วคราว กิน ๆนอน ๆ ถ่ายเทอากาศ น้ำ อาหาร เข้า ๆ ออก ๆ ไม่ได้หยุดทุกวี่ทุกวันอยู่นี้ จิตเป็นอิสระไม่เป็นทาสของร่างกาย ตาหู จมูกลิ้น กาย ใจ จิตเราไม่สนใจร่างกายแล้ว จิตเราก็มีความสุขสงบไม่มีกิเลสเข้ารบกวน จิตเราท่านก็เป็นจิตพระนิพพานทันที เป็นพระนิพพานดิบ ๆ ไม่ต้องตาย เรียก ว่า **สอุปาทิเสสนิพพาน** ที่ว่าง่ายมากก็คือเราไม่ต้องไปแบกไปหาม ไม่ต้องไป หาเงินมาซื้อเป็นของมีอยู่แล้วเราไม่เข้าใจว่าของจริงคือจิต ของปลอมสูญสลาย คือร่างกาย การหาอาหารมาใส่ท้อง ยังยากยิ่งกว่าหาพระนิพพานมาเก็บเอาไว้ ในจิตในใจเราเสียอีก ถ้าร่างกายตายจิตเข้าแดนทิพย์นิพพานเรียก **อนุปาทิเสสนิพพาน**

4. การนับจำนวนจิตในพระอภิธรรมมี 89 ดวงหรือ 121 ดวง หมายความว่าอย่างไร

ตามความเป็นจริงแล้ว คนๆหนึ่งก็มีจิตอมตะอยู่ จิตดวงเดียว ท่องเที่ยว ไปเกิดตามภพต่าง ๆ ไม่ตายไม่สลาย ที่ท่านแยกเป็น 89 ดวงหรือ 121 ดวงนั้น ท่านแยกตามระดับอารมณ์หรืออาการของจิต 1 ดวงนั่นเอง จิต 89 ดวงนั้น ท่านแบ่งตามระดับของจิตอันเดียว นั้นคือ

1) เป็นจิตระดับกามาวจรภูมิ 54 ชนิด คือ จิตระดับคน เทวดา สัตว์ ที่ติดในกาม

2) เป็นจิตระดับรูปาวจรภูมิ 15 ชนิด คือ จิตระดับเทพ พรหมมีรูป ลักษณ์เป็นทิพย์ ตาคนมองไม่เห็น นอกจากเทพพรหมจะทำให้คนเห็นได้

3) เป็นจิตระดับอรูปวจรภูมิ 12 ชนิด คือ จิตระดับอรูปพรหมมีแต่จิต แต่ไม่มีรูปทิพย์ของพรหม

4) เป็นจิตระดับ โลกุตตรภูมิ 8 ชนิด คือ จิตของพระอริยชนเป็นจิต สะอาดสดใสไม่มีอวิชชา ตัณหา อุปทานอยู่ในจิต

ท่านแบ่งลักษณะของจิตตามความดีความชั่วมี 121 ชนิดคือ

1) เป็นจิตที่ฉลาดเป็นกุศล	37	ชนิด
2) เป็นจิตฉลาดมากมหากุศล	8	ชนิด
3) เป็นมหัคคตกุศล	9	ชนิด
4) เป็นจิตโลกุตตรวิบาก	20	ชนิด
5) เป็นจิตอกุศล	12	ชนิด
6) เป็นกิริยาจิต	20	ชนิด

รวมเป็น 121 ชนิด แต่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนละเอียดสำหรับบุคคลที่ชอบสงสัย ชอบค้นคว้า มีปัญญาฉลาดดีหรือท่านที่จะเป็นครูบาอาจารย์สั่งสอนศิษย์ต่อไปเท่านั้น สำหรับเราท่านไม่จำเป็นต้องเล่าเรียนล้ำลึกมากขนาดนั้นก็เข้าใจพระอภิธรรมที่จะเข้าถึงความเป็นพระอริยเจ้าได้ง่ายรวดเร็ว คือ พวกเราทำบุญบารมีมานานหลายชาตินับไม่ได้ สะสมบุญบารมี มีปัญญาเป็นปรมัตถบารมี มีความเคารพศรัทธาในพระพุทธองค์ไม่สงสัยต้องการติดตามพระพุทธเจ้าเข้าพระนิพพานเร็ว ๆ ไว ๆ ก็ทำแบบง่ายสบาย ๆ โดยให้เข้าใจว่า

1. ในโลกนี้ทั้งโลกไม่ว่าคนสัตว์สิ่งของไม่มีอะไรดีพังเสื่อมสลาย เอาอะไรเป็นที่พึ่งไม่ได้สักอย่างเดียวแม้แต่คนที่รักกันมากก็ต้องตายจากกัน เป็นวิปัสสนาญาณ เป็นการตัดกิเลสสักกายทิฏฐิ ไม่เห็นว่าร่างกายเป็นของตน

2. เรามีคุณพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์เป็นสรณะ คือ เป็นผู้ชี้ทางพ้นทุกข์ มีความมั่นใจเคารพศรัทธาในพระรัตนตรัยอย่างจริงใจ เป็นการตัดกิเลสตัวสงสัยวิจิกิจฉาได้อย่างง่าย ๆ

3. เราปฏิบัติตามพระอภิธรรมคำสั่งสอนมีศีล 5 ครบ เพื่อไม่ต้องไปเกิดแดนทุกข์ทรมานมีนรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน เห็นว่าร่างกายตายแน่ไม่น่าหลงใหลใฝ่ฝัน เราทำความดีเพื่อติดตามพระพุทธองค์ไปอยู่แดนบรมสุขพระนิพพาน ให้คิดไว้จนชิน ความชินนั้นเป็นฌานสมาบัติโดยไม่รู้ตัวเป็นการตัดกิเลสข้อ สีลัพพัตตปรามาส

ผู้ที่มีบุญบารมีน้อย ก็มักจะไม่ชอบของง่าย ๆ ก็ต้องลำบากหาธรรมะที่ยากกว่าจะบรรลุธรรมก็นาน บางครั้งเข้าใจพระธรรมหรือพระอภิธรรมผิดไปก็เป็นมิจฉาทิฏฐิ หลงไปทางมืดนานนักกว่าจะได้เห็นแสงสว่างทาง

ใบแทรกหน้า 54 - 55 ธรรมะประทานพรเล่ม 4

การแบ่งอาการอารมณ์ของจิตมีหลายแบบหลายชนิด

1.ลักษณะอารมณ์จิตทางโลก (โลกียะ) 81 แบบ

2.ลักษณะอารมณ์จิตเหนือโลก (โลกุตตระ) 40 แบบ

1.เป็นจิตชาญฉลาดเรียกกุศลจิต 37 ชนิด

2.เป็นจิตโลกุตตรวิบาก(ผลโลกุตตระ) 52 ชนิด

3.เป็นจิตไม่ฉลาดคือ อกุศลจิต 12 ชนิด

4.เป็นอาการของจิตคือ กิริยาจิต 20 ชนิด

1.อารมณ์จิตมีอุเบกขาเฉย 55 แบบ

2.อารมณ์จิตดีใจ 62 แบบ

3.อารมณ์จิตเสียใจ 2 แบบ

4.อารมณ์จิตเป็นทุกข์ 1 แบบ

5.อารมณ์จิตเป็นสุข 1 แบบ

ลักษณะหรืออาการของจิต 121 นี้ไม่ใช่ของจิตจริง ๆ เป็นอาการชั่วครู่ชั่วคราวที่มาเยี่ยมจิตมีมามีไป จิตจริง ๆ เป็นจิตที่สะอาดสดใส มีพลังอานุภาพและมีความสุขเลิศล้ำ จึงไม่จำเป็นที่ต้องไปสนใจของปลอม คือ อารมณ์ขึ้น ๆ ลง ๆ เฉย ๆ ของจิต ทำจิตให้เป็นหนึ่งกับพระพุทธเจ้าคือ จิตพระนิพพานมีความสุขสบายตลอดกาลทั้งชาตินี้และสุขอย่างยิ่งในชาติหน้า

เจตสิกคือ ความรู้สึก เป็นตัวรับรู้ระบบประสาท หรือนามในขันธ์ 5 นั่นเอง มี 52 ชนิดคือ

1.ผัสสะ เวทนาสุข ๆ ทุกข์ ๆ ทางกาย ความจำทางสมอง เจตนาตั้งใจ สติความรู้สึกนิ่ง ๆ **ความรู้สึกทั่ว ๆ ไปมี 13 ชนิดคือ** 13 วิตก วิจารอธิโมก เชื่อ วิริย ปีติอิ่มใจ ฉันทะพอใจ

2.**ความรู้สึกที่ไม่ฉลาดมี 14 ชนิด**คือความหลง โมหะ ความโลภอยากได้ ไม่มีความพอดี ทิฏฐิความเข้าใจผิด มานะ ความถือตัวโทสะ อิจฉาตระหนี่ ถี่เหนียว ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ ความเหงาหงอย ลังเลสงสัย

3.**ความรู้สึกที่ดีงามมี 25 ชนิด** คือศรัทธา ความเชื่อมั่นในพระรัตนตรัย สติ มีความรู้ตัวว่าร่างกาย แปรปรวนตายแน่ หิริโอตัปปะ ไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง ความอิ่มเอิบใจ พูดดี คิดดี ทำงานเลี้ยงชีวิตดีไม่เบียดเบียนคนสัตว์

อารมณ์ต่าง ๆ หลายร้อยชนิดที่เข้ามาเยี่ยมเยือนจิตใจของเรานั้น มีทั้งดีทั้งชั่ว ทั้งไม่ดีไม่ชั่ว ไม่จำเป็นต้องรู้มากเพราะไม่ทำให้จิตเราดีขึ้น สิ่งสำคัญที่สุดคือการทำจิตใจให้ใสบริสุทธิ์ อารมณ์ความรู้สึกทั้งหลายแหล่ เป็นเพียงหน้ากาก สวมหน้ากากเข้าไว้ก็มีความโลภ ความโกรธ ความลุ่มหลงในสภาวะของโลก ถ้าถอดหน้ากากของปลอมออก ความโลภ ความโกรธ ความหลง ในลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุขหายไป ก็เห็นโฉมหน้าอันแท้จริง คือ จิตสดใสใจเป็นสุขอย่างยิ่งหรือนิพพาน ไม่มีอะไรในโลกที่จิตจะต้องยึดติดเพราะสิ่งใดที่ผุพัง แตกสลายสูญหายไป สิ่งนั้นเป็นของสมมุติ ของมายาของปลอมทั้งสิ้น

ที่ไปของจิตมี 1.**นรก** เปรียบเสมือนคุกกรงขังของจิต 2.**โลกมนุษย์**คือ โรงแรมของจิต 3.**สวรรค์**คือ พระราชวัง 4.**ชั้นพรหม**ก็คือ วัด 5.**พระนิพพานคือ บ้านที่แท้จริงของจิต** คน สัตว์ เทวดา พรหม ซึ่งจะต้องกลับไปบ้านเดิมที่แดนทิพย์นิพพานตลอดกาล ไม่ต้องเวียนไปเวียนมาไม่จบสิ้น ไม่ต้องเป็นสัตว์นรก เปรตผี สัตว์เดรัจฉาน คน เทวดา พรหม เพียงทุกท่านตั้งจิตตั้งใจมีพระนิพพานตลอดเวลา ถ้าร่างกายตายจิตจะเข้านิพพานได้ง่าย ๆ มันเป็นเรื่องไม่ยากอยู่แล้ว

เพิ่มเติมหน้า 73 บรรทัดสุดท้ายของวรรคแรก

ทำให้จิตอยู่นิ่ง ๆ เป็นสมาธิได้ง่าย จิตนิ่ง ๆ อยู่เฉย ๆ เป็นอุเบกขา ด้านวิปัสสนาญาณ

พระนิพพานก็เวียนว่ายตายเกิดจนกว่าจะมีบุญบารมีเต็ม การบรรลุธรรมต้องเร็วๆไวๆ

ดังนั้นผู้มีบุญบารมีมากฟังพระอภิธรรมง่าย ๆ คือ กายส่วนกาย จิตส่วนจิต ไม่เอามาเกี่ยวกัน ท่านก็ตรัสรู้เป็นพระอรหันตสาวกง่าย ๆ อย่าง ท่านพระคุณเจ้าพาหิยะเถระเป็นต้น

5. ธรรมะข้อปฏิจจสมุปบาทนั้นทำอย่างไรจะเข้าใจได้ง่าย ๆ

ธรรมะข้อปฏิจจสมุปบาท ท่านแสดงถึงสาเหตุของการเกิดคือ ความอยากเกิดอยากมี อยากได้ มีความเข้าใจผิดคิดว่าเป็นคนดี คิดว่าโลกน่าอยู่ สวรรค์ พรหม หน้าอยู่ เป็นสุขดี มีผล คือ ความทุกข์จากการเกิดมีขันธ์ 5 ก็มี แก่ เจ็บ ความผิดหวัง เศร้าโศก เจ็บปวดทรมาน แล้วก็ตาย แล้วก็เวียนไปเวียนมาไม่รู้จักจบจักสิ้น เปรียบเหมือนร่องรอยของยางรถยนต์ที่หมุนไปมาหาที่เกิดหาที่หยุดไม่ได้ แรกเริ่มก็มีจิตที่ประภัสสรสะอาดสดใสมาก่อน แต่ไม่ค่อยจะฉลาดนัก ผ่านมาเห็น โลกก็เข้าใจผิดคิดว่าโลกนี้น่าอยู่ ความเข้าใจผิดคิดว่า โลกนี้น่าอยู่นี้พระผู้มีพระภาคเจ้าท่านเรียกว่า อวิชชา

จิตที่มีอวิชชานั้นก็มีความคิดดีคิดชั่วคิดผิด ๆ ถูก ๆ เรียกว่า สังขารอารมณ์ความคิดผิด ๆ ถูก ๆ สังขารมี จึงเกิดความรู้สึก เกิดอารมณ์ความรู้สึกสุข ๆทุกข์ ๆ ต่าง ๆนานา เรียกว่าจิตนั้นมี<u>**ปฏิสนธิวิญญาณ**</u>ทำให้เข้ามาอยู่ในวงกลมวัฏฏสงสาร หรือจิตเข้าไปเกิดเป็นตัวคนสัตว์

ปฏิสนธิวิญญาณของจิตทำให้เกิด เป็นคนหรือสัตว์ตามบุญตามบาปมีรูปร่างกายและนาม คือ มีขันธ์ 5 คือ

กาย เวทนา(ความรู้สึกสุข ๆทุกข์ ๆ) สัญญา (ความจำ) สังขาร (ความคิด) วิญญาณ (ความรู้สึกทางระบบประสาท)

พอมีขันธ์ 5 ทั้งรูปกายที่มองเห็นและนามอีก 4 อย่างคือ ความคิดปรุงแต่ง ความรู้สึกสุขทุกข์ ความจำและวิญญาณ ระบบประสาททางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจมองไม่เห็นแต่ซ่อนอยู่ในกายคนสัตว์ทุกคน <u>**นามทั้ง 4 อย่างนี้ชาวพุทธทุกท่านโปรดเข้าใจว่าเป็นส่วนเดียวกับร่างกาย ไม่ใช่ของจิตพุทธะแรกเริ่มก่อนเกิดไม่เอาไปปนกันกับขันธ์ 5 ที่เป็นของชั่วคราว ของสมมุติ ของอนัตตาบังคับไว้ไม่ให้ตายไม่ได้ ถ้าเอาไปปนกันแล้วยุ่ง ทำให้เข้าใจผิดไม่เข้าใจ**</u>

<u>อภิธรรมกันมากก็เพราะ เอาจิตไปปนกับวิญญาณในขันธ์ 5 คิดว่าเป็นตัวเดียวกัน</u>

จิตเป็นธรรมชาติที่ไม่ตาย <u>วิญญาณคือ ระบบประสาททุกส่วนในร่างกายคน สัตว์ มีตาหู จมูก ลิ้น กาย ใจ เป็นต้น ตายไปกับร่างกายเป็นอนัตตา</u>

พอมีรูปกาย ก็มีอายตนะ คือ ตา หู จมูก สิ้น สัมผัส ประสาทกาย <u>ใจ คือ ความรู้สึกทางกายทั้งหมด ใจอันนี้เป็นอารมณ์ใจของขันธ์ 5 ไม่ใช่จิตแรกเริ่มที่ประภัสสร</u>สะอาดมาแต่ก่อน แต่มามัวหมองเพราะความเข้าใจผิดคิดว่าโลกนี้น่าอยู่ ความเข้าใจผิดนี้คือ <u>อวิชชา</u> ก็วกกลับมาถึงสาเหตุแรกเริ่มของการเวียนว่ายตายเกิดเป็นวงกลมอย่างนี้ <u>วงกลมเกิด ๆ ตาย ๆสุข ๆทุกข์ ๆ ไม่มีวันจบสิ้น องค์พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงให้ชื่อว่า ปฏิจสมุปบาท</u>

6. พระอภิธรรมปิฎกในพระอภิธัมมัตถสังคหะ 9 ปริเฉทอย่างย่อมีว่าอย่างไร

พระอภิธรรมอย่างย่อทั้ง 9 บท มี 9 อย่างคือ

1) ว่าด้วยเรื่องจิต

2) ว่าด้วยเรื่องเจตสิก

3) ว่าด้วยจิตมีฌาน1-ฌาน4

4) ว่าด้วยการแบ่งจิตสูงต่ำไปเกิดภพสูงต่ำตามระดับความสะอาดของจิตนั้น ๆ

5) ทางเดินของจิตไปเกิดตามภพภูมิต่าง ๆ

6) เป็นหมวดที่อธิบายถึงรูปร่างกายคน สัตว์ เทพพรหม

7) หมวดที่ว่าด้วยโพธิปักขิยะสังคหะ คือ หนทางแห่งโลกกุตตระ

ธรรมที่พัฒนาจิตยกระดับจิตให้พ้นจากวงกลมแห่งการเวียนว่ายตายเกิดเป็นอริยธรรมให้จิตเข้าถึงอริยสาวกเข้ากระแสพระนิพพานดับความทุกข์ทั้งหมด

8) ว่าด้วยปฏิจสมุทปบาทสาเหตุแห่งการเกิดแก่เจ็บตาย

9) ว่าด้วยกรรมฐาน 40 วิปัสสนา 10 อย่าง

1) <u>ว่าด้วยเรื่องจิต</u> จิตดี-จิตชั่ว จิตเป็นสมาธิจิต อรูปฌาน จิตพระอริยะ

2) <u>ว่าด้วยเรื่องเจตสิก</u> คือ อารมณ์ต่าง ๆที่เข้ามาเยี่ยมจิตเกิด ๆดับ ๆ

52 ชนิด มีทั้งอารมณ์ดี อารมณ์ชั่ว อารมณ์เฉย ขึ้นอยู่กับร่างกายและสิ่งแวดล้อม ถ้าเป็นพระอรหันต์ท่านจะมีอารมณ์เดียวคือ อารมณ์ นิ่งเฉยเป็นปกติ

3) ว่าด้วยจิตที่มีฌาน 1-ฌาน 4 จิตที่ไปเกิด จิตที่เข้าฌานเป็นภวังค์จิตชั่วขณะ จุติจิต คือ เคลื่อนไปสู่ที่เกิดใหม่

4) ว่าด้วยการแบ่งจิต วิถีทางเดินของจิตไปเกิดตามภพภูมิต่าง ๆ ตามอารมณ์ดีชั่วของจิตก่อนตาย โลกียจิต และ โลกุตตรจิต

จิตมีฌาน1-ฌาน4 เรียกว่า รูปาวจรจิต ส่วนอรูปาวจรจิต คือ จิตที่มีอรูปฌาน คือ ฌาน5-ฌาน8

5) ทางเดินของจิตที่ไปเกิดตามภพภูมิต่าง ๆ ตามความดีความชั่วและตามที่จิตมีฌานสมาบัติเป็นจิตสะอาดฉลาดฌานตั้งแต่ฌาน1-ฌาน8

ภูมิที่จิตจะไปเกิดได้ตั้งแต่ต่ำสุดถึงสูงสุดมีดังนี้คือ

(1) อบายภูมิ มี 4 อย่าง มีแต่ความทุกข์ยากลำบากใจกายอย่างเดียว ได้แก่ นรก เปรต อสุรกาย และสัตว์เดรัจฉาน

(2) กามสุคติภูมิ มี 7 ระดับตั้งแต่

- คน คือ**มนุษย์โลก** อายุไม่ถึง 100 ปี และสวรรค์อีก 6 ชั้น ซึ่งมีชื่อดังนี้
- ชั้นจาตุมหาราชิกา มีอายุ 500 ปีทิพย์ เท่ากับ 9 ล้านปีมนุษย์
- สวรรค์ชั้นดาวดึงส์ มีอายุ 1000 ปีทิพย์
- สวรรค์ชั้นยามา มีอายุ 2000 ปีทิพย์
- สวรรค์ชั้นดุสิต มีอายุ 4000 ปีทิพย์
- สวรรค์ชั้นนิมมานรดี มีอายุ 8000 ปีทิพย์
- สวรรค์ชั้นปรนิมมิตวสวดี มีอายุ 16000 ปีทิพย์

รูปาวจรพรหม มี 16 ชั้น สำหรับท่านที่ได้ฌานตั้งแต่ฌาน 1 ถึง ฌาน 4 ก่อนท่านตายเข้าฌาน จิตได้ไปเกิดตามขั้นของฌานที่จิตเคลื่อนออกจากกาย รูปพรหมทั้ง 16 ชั้น มีชื่อดังนี้

1. พรหมปริสัชชา
2. พรหมปาโรหิตา
3. มหาพรหมา
4. ปริตตาภา
5. อัปปมาณาภา
6. อาภัสสรา
7. ปริตตสุภา
8. อัปปมาณสุภา (อรูปพรหม)

9. สุภกิณหกา (อรูปพรหม) 10. เวหัปผลา (อรูปพรหม)
11.อสัญญีสัตว์ (อรูปพรหม) 12. อวิหา
13.อตัปปา 14. สุทัสสา
15.สุทัสสี 16. อกนิฏฐกา

อรูปพรหม 4 นี้เป็นพรหมไม่มีรูป มีแต่จิตเสวยสุขอย่างเดียว เพราะท่านปรารถนาไม่มีรูปทิพย์ คิดเข้าใจผิดว่า การมีรูปทำให้เป็นสาเหตุของความเปลี่ยนแปลงดับสลาย ท่านจึงคิดเอาว่า มีจิตอย่างเดียว มีความหลงผิดเข้าใจผิด เรียกว่าอวิชชาคือเข้าใจเอาเองว่า อรูปพรหมทั้ง 4 นั้นมีความสุขสูงสุดแล้ว

อรูปพรหม 1 (พรหมชั้นที่ 8) จิตเป็นฌานเพ่งอยู่ในความว่างเปล่าของอากาศ เรียกว่าอากาสานัญจายตนะก่อนตายร่างกายตายจิตจึงเคลื่อนเข้าสู่อรูปพรหม เพราะจิตเข้าใจผิดคิดว่าฌานนี้สูงสุดหมดกิเลสได้แล้ว

อรูปพรหม 2 (พรหมชั้นที่ 9) มีจิตเพ่งอยู่ในวิญญาณัญจายตนะก่อนตายจิตจึงเคลื่อนมาอยู่ในอรูปพรหมชั้นที่ 2

อรูปพรหม3(พรหมชั้นที่10) จิตเพ่งอยู่ในอกิญจัญญายตนะ เมื่อตายจิตจึงเคลื่อนเข้าสู่ พรหมชั้นอากิญจัญญายตนะ คือ คิดว่าทุกสิ่งทุกอย่างรูปนามไม่มีอะไรเหลือว่างเปล่าหมด

อรูปพรหม4(พรหมชั้นที่ 11) คือท่านที่มีจิตเพ่งอยู่ในฌานที่ 8 เรียกว่าเนวสัญญานาสัญญายตนะ มีความสุขคือไม่มีรูปกายนามกาย ไม่มีความจำ เพราะคิดว่าเป็นเหตุนำมาซึ่งความทุกข์

อรูปพรหมนี้จะอยู่ในระหว่าง**พรหมชั้นที่ 8 ถึงชั้นที่ 11 ยังถือว่าเป็นโลกียฌาน ยังไม่ใช่โลกุตรฌาน ยังไม่ใช่จิต พระอริยะ 8 ขั้น ซึ่งพระอริยทั้ง 8 ขั้น**ท่านจะมีความเข้าใจถูกต้องว่า อรูปพรหมนั้นไม่ใช่ชั้นที่มีความสุขสูงสุด ความสุขที่ดีเยี่ยมจริงมีที่เดียวคือ แดนทิพย์อมตะนิพพาน

6. อภิธรรมหมวดนี้ อธิบายถึงรูปร่างกาย คนสัตว์ เทพ พรหม ที่มีจิตไปเกิดเป็นรูปตามภพภูมิสูงต่ำต่างๆกัน ท่านกล่าวถึงสาเหตุที่ทำให้เกิดมีรูปแตกต่างตามระดับชั้นสูงต่ำ ตามบุญตามบาป สรุปแล้ว รูปร่างกายคนสัตว์ เทพ

พรหม ก็เกิดจาก อวิชชา ตัณหา กิเลส อุปาทาน บาป บุญ รูปคนสัตว์ มี ดิน น้ำ ลม ไฟ คือ ธาตุ 4 มีนามสิ่งที่ตามองไม่เห็นอีก 4 อย่าง คือ เวทนา สัญญาความจำ สังขารความคิดปรุงแต่ง วิญญาณความรู้สึกระบบประสาททั้งร่างกาย มีตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจนั้น ทั้งหมดเรียกว่า **ขันธ์ 5 คือ รูป1และนาม 4 มีเฉพาะในคน และสัตว์เท่านั้นมีจิตอยู่ในรูปคน สัตว์ เรียกว่านามอยู่ในรูป ส่วนผี เทวดา พรหมสัตว์นรกมีรูปอยู่ในนามหรือรูปอยู่ในจิต**

สัตว์นรก เปรต อสุรกาย และสัมภเวสีวิญญาณร่อนเร่พเนจร มีนามกายหยาบ นามกายนรกอยู่ในจิตที่สกปรก ทำบาปหาความสุขจากความทุกข์ผู้อื่น ตาคนมองไม่เห็น ไม่มีธาตุ 4 แต่มีจิตครองอยู่ในนามกายเสวยความทุกข์ตลอดเวลาจนกว่าจะหมดบาปกรรมที่เคยทำไว้

เทวดาทั้ง 6 ชั้น ก็มีนามกายเป็นทิพย์สวยสดงดงามไม่เท่าเทียมกัน มีรัศมีกายตามขั้นของบุญบารมีที่ทำไว้ตอนเป็นมนุษย์ รูปเทพพรหมที่มีความเป็นทิพย์งดงามเรียกว่า**รูปทิพย์อยู่ในนามอยู่ในจิต** ตาคนเรามองไม่เห็นแม้จะใช้กล้องจุลทัศน์ขยายล้านเท่าก็มองไม่เห็นเพราะรูปทิพย์ท่านละเอียดยิ่งกว่าอากาศ รูปทิพย์ท่านเป็นนามธรรมเรียกว่า อาทิสมานกาย ดังนั้นจิตของเราท่านต่างก็มีรูปลักษณะต่างกันตามขั้นความดี ความสะอาด ตามบุญวาสนาบารมีที่ตั้งใจทำความดีไว้ มีสุขเวทนาอย่างเดียว

ผีและสัตว์นรก ที่มีนามกายหยาบท่านก็เรียกว่าอาทิสมานกายเป็นกายที่อยู่ในจิตอีกที เสวยความทุกข์อย่างเดียว เรียกว่า ทุกขเวทนา

อรูปพรหมไม่มีอาทิสมานกาย มีความสุขไม่มีรูปทิพย์กายทิพย์คิดว่าสุข มีแต่จิตเป็นนามธรรมเสวยสุขโดยไม่ต้องมีรูปลักษณะของจิตเป็นความว่างเฉยๆ เมื่อไม่มีรูปทิพย์จึงไม่มีอายตนะทิพย์ที่จะติดต่อสื่อสารกันได้ ไม่สามารถรับฟังพระธรรมคำสอนจากพระผู้มีพระภาคเจ้าได้ พอหมดบุญจากอรูปพรหมก็ต้องเกิดเป็นคนอีก ยังไม่พ้นทุกข์

7. อภิธรรมหมวดที่ 7 คือโพธิปักขิยะสังคหะ

มีต้นเหตุ 4 อย่างที่นำจิตให้ไปเกิดภพที่เป็นความทุกข์ คือ นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน และคนมีวิบากกรรมสาหัส เหตุทั้ง 4 คือ (1) อวิชชา (2) กิเลสสังโยชน์ 10 อย่าง (3) ตัณหาความอยาก (4) อุปาทาน

ทำให้ทำบาปกรรมผิดศีล 5 ข้อ เป็นเหตุให้ไปเกิดในแดนนรก มีความทุกข์ทรมานแสนสาหัส

โพธิปักขิยะสังคหะ คือ ธรรมะที่เป็นกุศล ปฏิบัติตามแล้วยกระดับจิตให้สะอาดสดใสเบิกบานเป็นอริยบุคคลมีพระนิพพานเป็นจุดหมายเป็นปรมัตถธรรมหรือโลกุตตรธรรม

โพธิปักขิยะ 37 อย่างเป็นธรรมะที่ยกระดับจิตเป็นพระอริยเจ้าเข้าถึงพระนิพพาน คือ ความสุขยอดเยี่ยมตลอดกาลแบ่งเป็น 7 ข้อ คือ

(1) มหาสติปัฏฐาน 4 คือ

(1) กายานุปัสสนา จิตดูร่างกายสกปรกมีภาระหนักต้องดูแลรักษาแล้ว กายก็เจ็บทรมานตายเป็นอสุภะซากศพ มีจิตรู้อยู่กับลมหายใจเข้าออกเพื่อทำจิตให้มั่นคงเป็นสมาธิเพื่อเอาชนะกิเลส เอาจิตไม่สนใจร่างกายมีความฉลาดรอบรู้ว่ากายไม่ดีไม่น่าหลงใหล ร่างกายเป็นเหตุแห่งความทุกข์ทั้งปวง

(2) เวทนานุปัสสนา จิตพิจารณาดูความรู้สึกของกายของอารมณ์สุขหรือทุกข์ดูแล้วก็ละทิ้งเวทนาเพราะไม่แน่ไม่นอน ไม่ใช่ของจริง

(3) จิตตานุปัสสนา เอาจิตเรานี่ดูอารมณ์ใจในขันธ์ 5 ตนเองว่า อารมณ์ใจคิดดี คิดชั่ว คิดฉลาดหรือไม่ใจฉลาดคือ คิดตามความเป็นจริงว่าทุกอย่างในโลกสูญสลายไม่ยืนยงตายหมด ถ้าจิตคิดชั่ว ก็ตัดออกไปเลิกคิด ทำจิตให้หลุดพ้นจากขันธ์ทั้ง 5 อารมณ์ใจในขันธ์ 5 นั้นไม่ใช่อันเดียวกับจิต ไม่ควรยึดถือเอาเป็นของเรา ใจอันนี้เป็นส่วนหนึ่งของอายตนะ 6 คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ควรปล่อยวางไม่ให้มาวุ่นวายกับจิต

(4) ธัมมานุปัสสนา จิตพิจารณาธรรม เพื่อ

- ป้องกันมิให้นิวรณ์มารบกวนจิต
- พิจารณาขันธ์ 5 ไม่ใช่ของจิต
- อายตนะ 6 มี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ไม่ใช่ของจิตเป็นเพียงวิญญาณอายตนะ 6

(2) โพชฌงค์ 7 ทำจิตให้มีโพชฌงค์ 7 อยู่ประจำใจเพื่อช่วยยกระดับจิตเป็นจิตพุทธะ คือ มีสติระลึกไว้ ธัมมวิจยะเลือกไตร่ตรองธรรมะที่ชอบที่ถูก วิริยะ เพียรพยายามระงับกิเลสที่เกิดขึ้นในใจ ปีติอิ่มเอมใจในการทำความดี ปัสสาธิ จิตสงบจากกิเลสตัณหาอุปาทานจิต ไม่วุ่นวายกับขันธ์ 5

สมาธิ จิตตั้งมั่นในอารมณ์ที่เป็นกุศลฉลาด มีสมาธิในกรรมฐาน 40 หรือมหาสติปัฏฐานสูตร

อุเบกขา มีจิตวางเฉยในความทุกข์สุขทางโลกเห็นเป็นของธรรมดา หมดความยึดติดในสามโลก

(3) <u>อริยมรรค 8 อย่าง</u> คือ ทางเดินของจิตเป็นทางเดินเข้าพระนิพพาน ที่ทำให้เป็นจิตอริยเจ้า พระอริยสาวกมี 8 ขั้น คือ

1. พระโสดาบันปัตติมรรค
2. พระโสดาบันปัตติผล
3. พระสกิทาคามีมรรค
4. พระสกิทาคามีผล
5. พระอนาคามีมรรค
6. พระอนาคามีผล
7. พระอรหัตตมรรค
8. พระอรหัตตผล

ปัญญา = สัมมาทิฏฐิ สัมมาสังกะปะ มีความคิดเห็นถูกต้องในพระนิพพานกับจิต

ศีล = สัมมาวาจา สัมมากัมมันตา สัมมาอาชีโว พูดดีทำดี เลี้ยงชีพดี

สมาธิ = สัมมาวายาโม สัมมาสติ สัมมาสมาธิ ตั้งจิตพยายามตั้งใจมั่นในความดีในกรรมฐาน 40 ในมหาสติปัฏฐานสูตรอย่างใดอย่างหนึ่งดีทั้งนั้น

(4) <u>พละ 5</u> มีศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา ทั้ง 5 นี้เป็นพลังที่จะทำให้จิตสะอาดเข้าถึงอริยธรรมได้ง่ายและรวดเร็ว เพื่อความหลุดพ้น คือ พระนิพพาน

(5) <u>อินทรีย์ 5</u> อินทรีย์ คือ ความเป็นใหญ่ที่จะทำให้จิตบรรลุเป็นจิตพระอริยเจ้า มี 5 อย่างดังนี้ ศรัทธาอินทรีย์ วิริยอินทรีย์ สติอินทรีย์ สมาธิอินทรีย์ ปัญญาอินทรีย์

(6) <u>อิทธิบาท 4</u> คือ ทางปฏิบัติที่จะทำให้สำเร็จเป็นพระอริยเจ้าเข้าพระนิพพานได้ง่าย ๆ รวดเร็ว ปรารถนาอะไรก็ประสบความสำเร็จรวดเร็วได้ง่าย ทั้งทางโลกทางธรรม ทั้งอิทธิฤทธิ์ก็ได้ทุกอย่าง มี 4 อย่างคือ

ฉันทะ มีความพอใจที่จะประพฤติธรรม เพื่อพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด
วิริยะ มีความเพียรไม่ท้อถอยที่จะเอาชนะสังโยชน์ 10 เพื่อพ้นทุกข์
จิตตะ มีจิตมุ่งมั่นไม่วางวายที่จะสลัดละทิ้งขันธ์ 5 ออกจากจิตเพื่อจิตจะได้พ้นทุกข์จากการเวียนว่ายตายเกิด
วิมังสา ใช้ปัญญาไตร่ตรองว่าทำถูกหรือไม่ตามพระธรรมคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า
อิทธิบาท นี้ถ้าทำได้ครบจะปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้าก็ได้ จะสำเร็จอภิญญา 6 ก็ได้ จะอธิษฐานอยู่นาน ๆ กี่ปีก็ได้

(7) <u>สัมมัปปธาน</u> คือมีความขยันหมั่นเพียรที่จะเอาชนะกิเลสมี 4 ประการ คือ (1) เพียรละบาปอกุศลความชั่วในจิต (2) ความเพียรไม่ให้ความชั่วเกิดขึ้น (3) ความเพียรให้มีกุศลธรรมตั้งไว้ในจิต (4) ความเพียรเอากุศลธรรมในจิตที่มีแล้วให้มีมาก ๆ นาน ๆ ตลอดเวลา

(8) <u>อภิธรรมปริเฉทที่ 8</u>

กล่าวถึงปฏิจสมุปบาท คือ เหตุปัจจัยทำให้จิตเข้ามาเวียนว่ายตายเกิด และผลจากเหตุแต่ละอย่าง
สรุปเอาง่าย ๆ ให้เข้าใจง่ายว่า เหตุที่ทำให้เวียนว่ายตายเกิดหรือวัฏฏสงสารคือ

1) อวิชชา ความรู้ผิดเข้าใจผิดคิดว่าการเกิดเป็นคน เป็นเทวดา เป็นพรหมดี

2) ตัณหา ความอยากได้ลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุขอยากเกิดเป็นคน เทวดา พรหม

3) อุปาทาน คิดทึกทักเอาว่า รูปร่างกาย คนรัก ทรัพย์สมบัติเป็นของเราจริง อุปาทานคิดว่าสวรรค์ พรหมเป็นสุขยิ่ง

4) กิเลส มีความโลภ ความโกรธ ความหลง คิดว่าตัวเองดี คิดว่าการเกิดใน3 โลกดี จึงเป็นเหตุให้เกิดในโลก 3 คือ นรกโลก มนุษย์โลก เทวโลก

5) อกุศลกรรม คือ ทำบาปด้วยการฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ แย่งคนรักผู้อื่น พูดโกหก ดื่มสุรายาฝิ่น เล่นพนัน จิตเศร้าหมอง ทำให้เกิดภพภูมิที่เป็นทุกข์ทรมานคือ นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน

ทั้ง 5 ข้อนี้ทำให้จิตเราท่านต้องมาเวียนว่ายตายเกิด มีร่างกายคนสัตว์

ยิ่งเป็นทุกข์อีกเพราะเกิดมาก็ต้องทำมาหากิน แก่ เจ็บ แล้วตาย ไม่มีสาระประโยชน์อันใด

ดังนั้นองค์สมเด็จพระจอมไตรบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าจึงสอนให้ดับต้นเหตุแห่งทุกข์ตัวแรก คือ **อวิชชา ความรู้ไม่ครบรู้ไม่จริง ให้รู้จริง ๆด้วยการให้ ทาน มีศีล 5 ครบ มีพรหมวิหาร 4 มีสติระลึกรู้ว่ากำลังคิดดี คิดชั่ว มีสมาธิ จิตตั้งมั่นอยู่ในพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ พระนิพพาน เป็นอารมณ์ มีปัญญาเห็นทุกข์โทษของการเกิด เป็นคน สัตว์ เกิดเป็นสัตว์นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน มีความรู้ว่า การเสวยสุขในเทวโลก พรหมโลก ก็เป็นสุขชั่วคราว แดนที่เป็นสุขถาวรคือพระนิพพานทำความดีเพื่อพระนิพพาน เป็นปัญญาอันเลิศ อวิชชาก็หายไปโดยง่าย** ๆ

9. อภิธรรมปริเฉท 9

บทที่ 9 นี้พระพุทธองค์ทรงสอนเรื่อง กรรมฐาน 40 และวิปัสสนา 10 ซึ่งเป็นของเลิศประเสริฐสุด ที่ท่านใดก็ตามไม่ว่าชาติ ศาสนาใดปฏิบัติตามพระธรรมคำสอนขององค์สมเด็จพระพุทธชินวรในกรรมฐานอันใดอันหนึ่งในกรรมฐาน 40 นี้ พร้อมกับวิปัสสนาญาณ 10 นี้ มีความอุตสาหะวิริยะไม่เกียจคร้าน ตั้งใจไว้จริงก็จะมีบารมีแก่กล้า จะได้บรรลุธัมมาพิศมัย คือ เป็นพระอริยเจ้าขั้นอรหัตตผลถ้าบารมียังอ่อนก็จะเป็นอุปนิสัยสำเร็จมรรคผลพระนิพพานในชาติต่อไป ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดในโลกที่เต็มไปด้วยภัยอันตรายวุ่นวายทำมาหากิน มีสวรรค์ พรหม เป็นที่ไปและไปบำเพ็ญบารมีต่อ บนสวรรค์ พรหมเลื่อนระดับจิตเข้าเสวยวิมุติสุขยอดเยี่ยมตลอดกาลแดนบรมทิพย์พระนิพพาน

กรรม คือ การกระทำสมาธิภาวนา **ฐาน** คือ รากฐานหรือพื้นฐานแห่งบุญบารมีเพื่อยกระดับจิตให้สะอาด

กรรมฐาน แปลว่าพื้นฐานของการทำจิตใจให้มั่นคงมีสมาธิ ทำให้จิตที่ฟุ้งซ่าน รวมเป็นจิตที่นิ่งเฉย เพื่อรวบรวมพลังจิตที่ฟุ้งซ่านรวมเป็นจิตที่นิ่งเฉยหรือรวบรวมพลังจิตไว้ต่อสู้ฆ่ากิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชาให้หมดไปจากจิตเพื่อจิตจะได้เป็นอิสระเสรีจาก ความทุกข์กาย ทุกข์ใจ จิตเป็นอิสระเสรีจากการเวียนว่ายตายเกิดพ้นจากกฎแห่งกรรม จิตสะอาดฉลาดได้เสวยสุขยอดเยี่ยมแดน

ทิพย์อมตะนิพพานที่องค์สมเด็จพระชินศรีศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ชี้ทางกรรมฐาน 40 อย่างวิปัสสนาญาณ10 ให้เราเจริญรอยตามพระพุทธองค์ท่าน

7. ในสมถกรรมฐาน 40 อย่างมีอะไรบ้าง

สมถกรรมฐาน 40 อย่าง คือการฝึกจิตให้ตั้งมั่น จิตไม่วอกแวกสอดส่ายนิ่งกับสิ่งหนึ่งสิ่งใดใน 40 อย่างนี้ เลือกตามใจชอบอย่างใดอย่างหนึ่งหรือชอบใจทุกอย่างก็ทำได้ทุกอย่างเพื่อยกระดับจิตปุถุชนเป็นจิตของอริยบุคคลในพระพุทธศาสนามีพระนิพพาน เป็นจุดหมายปลายทางของชีวิตตามอัธยาศัยของพุทธบริษัท มีดังนี้คือ

กสิณ 10 อย่าง ได้แก่ 1. ปฐวีกสิณ(ดิน) 2. อาโปกสิณ(น้ำ) 3. เตโชกสิณ(ไฟ) 4. วาโยกสิณ(ลม) 5. นิลกสิณ(สีเขียว) 6. ปีตกกสิณ(สีเหลือง) 7. โลหิตกสิณ(สีแดง) 8. โอทากสิณ(สีขาว) 9. อากาสกสิณ(ลม) 10. อาโลกสิณ(แสงสว่าง)

อนุสสติ 10 อย่าง ได้แก่ จิตที่ตามระลึกนึกถึงคุณความดี 10 อย่างทำให้จิตสะอาดเป็นจิตพระอริยได้ง่าย ๆ เป็นกรรมฐานที่เข้าถึงความเป็นอริยบุคคลได้ง่ายรวดเร็วว่องไวเป็นจิตของผู้มีศรัทธาในพระพุทธองค์

11. พุทธานุสสติกรรมฐาน คิดถึงพระคุณความดีของพระผู้มีพระภาคเจ้า

12. ธัมมานุสสติกรรมฐาน นึกถึงพระธรรมคำสั่งสอนคือ ศีล สมาธิ พระนิพพานเป็นปัญญาพระธรรมมีมากแบ่งออกเป็น โลกียธรรมและโลกุตตรธรรม

13. สังฆานุสสติกรรมฐาน นึกถึงพระคุณความดีนำพระธรรมคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้ามาสอนพวกเราและพระอริยสงฆ์ทั้งหลายทั่วทั้งโลกมนุษย์ เทวโลก พรหมโลก ท่านมีพระคุณความดี เรานึกถึงท่านด้วยความเคารพ

14. สีลานุสสติกรรมฐาน ตั้งใจตั้งจิตไว้ว่าเราไม่ทำความชั่วโดยละเมิดศีล 5 ศีล 8 ศีล 227 ข้อ ศีลเป็นรากฐานของผู้มีจิตฉลาด ไม่ยอมทำบาปทั้งกายใจ

15. จาคานุสสติกรรมฐาน นึกถึงการทำบุญให้ทานที่ทำแล้วและตั้งใจทำเพื่อสละละกิเลสออกจากจิตใจเป็นการตัดความโลภโดยง่าย

16. <u>เทวตานุสสติกรรมฐาน</u> นึกถึงหิริ โอตัปปะความละอายต่อบาปมีผลให้เป็นเทวดาเป็นความดีงานของเทวดาไม่ยอมทำบาปทั้งที่ลับและที่แจ้ง

17. <u>มรณานุสสติกรรมฐาน</u> นึกถึงความทรุดโทรมความเสื่อมสลาย ความตายของทุกอย่างในโลกเกิดมาเท่าไหร่ตายหมดเท่านั้น ไม่ว่าตนสัตว์วัตถุสิ่งของ

18. <u>อุปสมานุสสติกรรมฐาน</u> การระลึกนึกถึงคุณความดีของพระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง พระนิพพานไม่ใช่อนัตตาไม่ใช่อัตตา พระนิพพานเป็นโลกุตตรธรรมอยู่เหนือโลกเหนือบาปเหนือบุญ เหนือการเวียนว่ายตายเกิด เป็นธรรมชาติอมตะสะอาดบริสุทธิ์ ไม่มีธาตุ 4 ขันธ์ 5 มีจิตของพระพุทธเจ้าพระอรหันต์มากมายหลานพันล้าน พระนิพพานกว้างใหญ่ไพศาลไม่มีขอบเขตพรหมแดน ผู้ที่เข้าแดนทิพย์นิพพานมีอิสระเสรี จะมาโลกนี้จะไปนรกสวรรค์พรหมไม่มีใครมาห้ามได้ แต่ไม่ต้องไปเกิดอีกท่านมาด้วยจิต หรืออยู่ที่นิพพานจะดูโลกนี้ก็เห็นได้โดยง่าย โดยไม่ต้องมาเห็นได้ทั่วอนัตตจักรวาลเพราะมีตาทิพย์หูทิพย์ การระลึกถึงพระนิพพานจึงทำให้จิตสะอาด เป็นกรรมฐานของท่านผู้ฉลาดเป็นพุทธจริต ทำความดีทุกอย่างเพื่อพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดมีพระนิพพานเป็นที่ไปของจิต ขันธ์ 5 ก็แตกสลายเป็นอนัตตา จิตเป็นอมตะไปเสวยสุขอย่างยิ่งตลอดกาลไปอยู่กับองค์พระพิชิตมารศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

19. <u>อานาปานุสสติกรรมฐาน</u> นึกถึงลมหายใจเข้าออก กรรมฐานนี้เป็นสติสัมปะชัญญะละเอียดทำให้จิตเป็นฌาน ฌาน1-ฌาน 4 มีปัญญาสามารถตัดขันธ์ 5 ได้ง่าย ๆ ทำให้อนุสติทั้งหมดทรงตัว ทำให้กสิณคือ สิ่งที่เพ่งเป็นจิตมีพลังเป็นฌานถึงฌาน 4 ที่ พระโบราณาจารย์ที่ท่านปฏิบัติได้ผลมาแล้ว คือพระอรหัตตผล

องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า แม้ท่านเป็นพระพุทธเจ้าแล้วท่านไม่ได้ทิ้งอานาปานุสสติ แม้ท่านจะละขันธ์ 5 เข้าพระนิพพาน พระผู้มีพระภาคเจ้าก็เข้าฌาน1-2-3-4-5-6-7-8 เพื่อระงับทุกขเวทนาทางกาย จิตสบาย จิตพระองค์ท่านเสด็จเข้าสู่ปรินิพพานในฌาน 4 การทรงฌานทำให้เกิดปัญญาเฉียบแหลมทั้งทางโลกทางธรรม ตื่นเป็นสุขหลับสบาย วิปัสสนาญาณก็แจ่มใสเพราะปัญญาฉลาดมาก การที่จะมีอภิญญาสมาบัติก็เริ่มต้นด้วยการรู้ลมหายใจเข้าออกจนจิต

ชินละเอียดเป็นฌาน 1-2-3-4-5-6-7-8 ก็ฌาน 5-6-7-8 ก็คือ ฌาน 4 แต่จิตเพ่งอยู่ในสิ่งที่ไม่มีรูป คือ อากาศและวิญญาณ สัญญา เป็นต้น

20. กายคตานุสสติกรรมฐาน พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอนไว้ในพระไตรปิฎกว่า ให้พิจารณาร่างกายเป็นของมีทุกข์มีโทษแปรปรวนเจ็บป่วย หิวหนาวร้อน แถมสกปรกเหม็นเน่าตลอดเวลา ท่านให้จิตเราพิจารณาตามความเป็นจริงของขันธ์ 5 รูป+นาม คือ ร่างกายที่จิตเราได้อาศัยแท้ที่จริง ร่างกายเป็นเพียงหุ่นที่จิตเรามาอาศัยอยู่ชั่วครู่ชั่วคราว ถ้าร่างกายตาย จิตเรามีจุดหมายปลายทาง คือ พระนิพพาน ที่พระโไตร โลกนาถศาสดาชี้ให้เราเดินทางสายกลาง คือ มรรค 8 มีทาน ศีล ภาวนาเป็นผลบุญหนุนนำส่งเมืองแก้วเมืองทิพย์พระนิพพานเป็นของจริง ส่วนร่างกายเป็นของปลอมเป็นของสกปรกแตกสลายตายง่ายไม่ควรยึดติดของสมมุติเป็นของปลอมของสูญเปล่า ขณะที่ร่างกายยังไม่ตายดูลมหายใจจนจิตเป็นสมาธิแล้วเปลี่ยนมาดูวิจัยร่างกายเราตามความเป็นจริง จิตเราจะละทิ้งเลิกรักหลงใน ร่างกายได้ง่าย เพราะมีปัญญาดี เห็นเหตุของทุกข์ เห็นผลคือ ไม่สนใจร่างกาย ผลคือ จิตเป็นสุขจิตสะอาดท่านเรียกว่า จิตพระอริยเจ้า การพิจารณาร่างกายนี้เป็นทั้งสมถะและวิปัสสนาญาณคือ เห็นว่าร่างกายไม่ใช่ของจิต จิตกับกายแยกกันคนละส่วน เป็นการตัดสักกายทิฏฐิและเป็นมหาสติปัฏฐานสูตร

ข้อแรกคือ ดูกายดูแล้วเลิกละยึดติดในกาย เพราะกายเป็นของปลอมเป็นอนัตตา จิตเป็นอมตะเป็นของจริงเป็นของสะอาดบริสุทธิ์เป็นสิ่งที่จะเสวยสุขยอดเยี่ยมแดนทิพย์อมตะนิพพานได้

อสุภกรรมฐาน10

องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงแนะนำไว้ให้พิจารณาร่างกายเป็นซากศพ 10 รูปแบบตั้งแต่ตายวันที่ 1 จนถึงซากศพวันที่ 10 สำหรับผู้ที่มีราคะจริตรักสวยรักงามของร่างกาย ถ้าพิจารณาร่างกายเป็นซากศพจนเป็น เอกัคคตารมณ์อารมณ์นิ่งอารมณ์เดียวเป็นปกติ ก็เป็นปัจจัยเข้าถึงพระอนาคามีโดยง่ายดาย

ให้ดูคนหรือสัตว์ตายเพราะสกปรกเหมือนกัน ตายวันที่หนึ่ง สิ้นลมปราณตัวเข็ง ธาตุไฟหมด ตัวเย็นชืด ธาตุลมหมด เหลือแต่ ธาตุน้ำกับธาตุดิน

ตายวันที่ 2 เริ่มมีน้ำไหลออกจากรูทวารทุกรูจากร่างกายน้ำเหม็นเน่า ท้องเริ่มเขียว

ตายวันที่ 3 ซากศพบวม อ้วนพี มีกลิ่นเหม็นซากศพเหม็นตุ ๆ

ตายวันที่ 4 - 5 น้ำอืด น้ำเหลือง มีมันจุกเนื้อหนังปริขึ้นอืดเต็มที่ สิ่งสกปรกในร่างกายไหลออกมา เพราะธาตุน้ำแยกออกจากธาตุดินในซากศพส่งกลิ่นเหม็นไปไกล

วันที่ 6-7 ซากศพเริ่มแตกแยกเละเทะเหม็นไปทั่วทิศเหม็นเน่า

วันที่ 7-8 มีหมู่หนอนเกิดขึ้นชอนไชกินซากศพเป็นอาหาร แมลงวันตอม

วันที่ 8-9-10 ซากศพกระจัดกระจายเละเทะกระดูกอยู่ที่เนื้อเน่าและเทะไม่เป็นชิ้นเป็นอัน ไม่มีหน้าตาเหลืออยู่แล้ว แขนขากระจาย เป็นเหยื่อของหนอนแมลง

ท่านให้มองดูซากศพแล้วย้อนมองดูร่างกายตัวเราก็เป็นแบบนั้น ไม่มีอะไรน่ารักใคร่ใหลหลง จิตจะหลุดพ้นจากความหลงในกายเรา กายเขาได้ง่ายเป็นทั้งสมถะและวิปัสสนาญาณ ตอนแรกก็ใช้สัญญาความจำ ต่อไปก็ใช้ปัญญามองความเป็นจริงของชีวิตร่างกาย ก็คือ ซากศพเดินได้ พูดได้ ตายทุกวันตายจากเด็กเป็นผู้ใหญ่ จากผู้ใหญ่เข้าวัยชรา จากวัยชราก็วัยตายไม่เหลือหลอ

กรรมฐานทั้ง 40 มีกสิณ 10 กับอนุสติ 10 กับอสุภกรรมฐาน 10 รวมเป็น 30 กรรมฐาน

<u>อีก10 กรรมฐานคือ</u>

<u>พรหมวิหาร 4 กรรมฐาน</u>

31. <u>เมตตา</u> ต่อคนสัตว์ทั้งโลกมีความรักสงสารสัตว์โลกที่ร่วมเกิดแก่เจ็บตายด้วยกัน

32. <u>กรุณา</u> หาทางช่วยตามความสามารถเท่าที่ช่วยได้

33. <u>มุทิตา</u> พลอยยินดีกับผู้ได้ดี ไม่ริษยาโมทนาสาธุกับผู้ที่มีความดีความสุข

34. <u>อุเบกขา</u> จิตวางเฉยถ้าช่วยเขาไม่ได้ ถ้าวางเฉยในความสุข ทุกข์ของขันธ์ 5 เป็นจิตของพระอรหันต์

<u>อรูปฌาน 4 กรรมฐาน</u> คือ มีสมาธิทรงฌานทางไม่มีรูปอีก 4 อย่าง ได้แก่

35. <u>อากาสานัญจายตนะ</u> ท่านที่ภาวนาจิตถึงฌาน 4 แล้วเป็นรูปฌาน จิตจับภาพกสิณใดกสิณหนึ่ง จะเป็นรูปพระพุทธรูป เป็นกสิณก็ได้ ถ้าพระพุทธรูปเป็นแก้วใสเรียก อาโลกสิณในพุทธานุสสติกรรมฐาน ควบกัน 2 กรรมฐาน จนจิตเข้าถึงฌาน 4 เป็นรูปฌาน ท่านจะเข้าอรูปฌานก็ให้ภาพกสิณหายไปไม่สนใจแล้วจิตจับอรูปเข้าแทน คือ พิจารณาอากาศไม่มีรูป เวิ้ง ว้าง ว่างเปล่า ไม่มีที่สิ้นสุด ชีวิตเราก็เวียนว่ายตายเกิด ไม่มีที่สิ้นสุดฉันนั้น จิตพิจารณาอากาศแบบนี้ในฌาน 4 ท่านถือว่าเป็นอรูปฌานที่ 5 เป็นกรรมฐานไม่ต้องการรูป เพราะมีรูปถึงมีทุกข์ ร่างกายเรามีรูปจึงมีทุกข์เวทนาท่านก็จับพิจารณาร่างกายให้หายไปเหลือแต่อากาศ

36. <u>วิญญาณัญจายตนะ</u> จากฌานที่ 5 ในอากาศท่านให้ทิ้งอากาศออกไปจากจิต พิจารณาวิญญาณในขันธ์ 5 แทนอากาศ จิตยังคงไว้ฌาน 4 แล้วจิตมาดูวิญญาณ คือ ความรู้สึกทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ แม้ร่างกายตายเป็นผียังมีความรู้สึกทางวิญญาณ สุข ๆทุกข์ ๆ เพราะมีประสาทวิญญาณรับสัมผัสและถ้าจิตยังติดอยู่ในวิญญาณทางตา หู จมูก ลิ้น สัมผัส ทางกาย อารมณ์ ใจที่ชอบ ไม่ชอบนั้นมีสุข ๆทุกข์ ๆ ไม่สิ้นสุดเพียงใด เวิ้งว้างว่างเปล่าเหมือนวิญญาณ หาจุดเริ่มต้นจุดที่สิ้นสุดไม่ได้ จิตเราก็เวียนว่ายตายเกิดตามวิญญาณของคนของสัตว์เป็นผี เป็นผีเทวดา เป็นผีพรหม ถึงแม้จะเป็นกายพรหม กายเทพ เป็นวิญญาณมีความสุขมากแต่ก็ไม่ถาวรตลอดกาล คิดแบบนี้ท่านว่าได้ อรูปฌาน 6 ถ้าเป็นพระอริยเจ้าได้อรูปฌาน 6 ท่านเรียกว่าได้ สมาบัติ 6 ถ้าเป็นฌาน โลกีย์ยังไม่เป็นอริยบุคคลท่านเรียกว่า โลกีย์ฌาน 6 ตายแล้วก็ไปเกิดในอรูปพรหม แต่ถ้าเป็นพระอริยเจ้าได้สมาบัติ ก็เข้าพระนิพพานได้ง่าย เพราะมีปัญญาเข้าใจแล้วว่าอรูปพรหมไม่ใช่แดนทิพย์ถาวรและไม่ใช่สุขยอดเยี่ยมเช่นพระนิพพาน

37. <u>อากิญจัญญายตนะ</u> ท่านเปลี่ยนจากการพิจารณาวิญญาณยังไม่สิ้นสุดของความทุกข์ มาเป็นพิจารณาเห็นว่าโลกนี้ทั่วอนันตจักรวาลสูญสลายตายหมดเป็นอนัตตาแตกสลายพังทั้งสิ้นไม่ว่า คน สัตว์ วัตถุ **<u>ไม่มีอะไรเหลือสูญสลายหมด</u>** มองดูทุกสิ่งทุกอย่างในโลกเหลือแต่ว่างเปล่า ถึงแม้มีคน สัตว์ วัตถุ ก็มีเพียงชั่วครู่ชั่วคราวมิช้ามินานก็สูญสลายตายกันหมด เป็นทั้งสมถะและ

วิปัสสนาญาณจิตทรงฌาน 4 อยู่แบบนี้มองไปในโลกมีแต่ความว่างเปล่าไม่มีอะไรเหลือ เรียกว่า ท่านทรงอรูป**ฌานที่ 7 คือ อากิญจัญญายตนะ** จิตเป็นสุขแต่ยังไม่จบกิจทางพระพุทธศาสนา

38. เนวสัญญานาสัญญายตนะ จิตยังคงทรงฌาน 4 หรือ อรูปฌานที่ 7 แล้วเปลี่ยนจากการพิจารณาความไม่มีอะไรเหลือแม้แต่น้อยนิด แต่อารมณ์ยังไม่หมดทุกข์**เพราะมีความจำได้หมายรู้ จำชื่อ จำคนรัก จำทรัพย์สมบัติ จิตยังหนักอยู่ ท่านจึงพยายามตัดสัญญาความจำ**ออกไปโดยการที่จิตทำเฉย ๆ ทำเหมือนไม่มีความจำ ทำให้ลืมจากขันธ์ 5 เขาขันธ์ 5 เรา ไม่มีตัวไม่มีตน จิตแบบนี้คล้ายจิตของพระอรหันต์เพราะเป็นทั้งสมาธิและวิปัสสนาญาณ จิตมีความสุขมาก พระพุทธองค์ท่านสอนไม่ให้ติดความสุขในฌานสมาบัติ 5-6-7-8 เป็นเพียงบันไดของจิตเพื่อให้มีปัญญาชาญฉลาดเข้าถึงพระอรหัตตผล ด้วย **สมาธิวิมุติ สายปฏิสัมภิทาญาณ** ไม่สนใจตัวเราตัวเขา **ทำจิตทรงในเนวสัญญานาสัญญายตนะ** เพราะ ถ้ายังมีความจำได้หมายรู้ ก็ยังมีการยึดมั่นถือมั่น จิตยังไม่เบาจริง ยังหนักด้วยการจำ ท่านทรงฌาน ทำเป็นไม่จำไม่สนใจ คือ ฌานในอรูป 8 สมาบัติ 8 ในเนวสัญญานาสัญญายตนะ

39. อาหารเรปฏิกูลสัญญากรรมฐาน

พระพุทธเจ้าสอนให้พิจารณาอาหารที่คนเราติดในรสอร่อยของอาหารทำให้อยากเกิดมากินอาหารอร่อย ๆ ถูกใจจิตก็ยึดติดในรูปรสกลิ่นเสียง ทำให้ตกอยู่ใน ทะเลทุกข์เป็นคนสัตว์เวียนไปเวียนมา เพราะติดใจในรสอาหาร พระพุทธองค์ทรงสอนให้พิจารณาอาหาร ก่อนฉันก่อนกินว่ามาจากซากศพสัตว์สกปรก ซากพืชก็เน่าเหม็นสกปรก ร่างกายอยู่ได้ด้วยของสกปรกร่างกายก็ยิ่งสกปรกมากเป็นกรรมฐานเหมาะสำหรับผู้ฉลาดเป็นพุทธจริต ชอบคิด ชอบรู้ พระองค์ท่านก็ให้รู้ของจริง คือ อาหารไม่น่าติดใจหลงใหล เพราะเป็นสาเหตุแห่งทุกข์ ไม่ถึงพระนิพพาน เพียงแต่กินระงับความหิว รู้ว่าอร่อยแต่ไม่ถือว่าเป็นของที่ทำให้จิตเป็นสุข ถ้าติดในรสจิตก็ติดในโลกไม่มีทางพ้นทุกข์ได้ การกินอาหารเจไม่ใช่หนทางพ้นทุกข์ แต่ต้องกินแบบไม่ติดในรสอาหาร ให้พิจารณาเป็นของสกปรกบำรุงร่างกายสกปรก จิตจึงจะสลัดละความหลงติดในรสอาหารได้ ถ้าไม่หลงกาย ก็ไม่หลงในรสอาหาร อร่อยกินเพื่อระงับความหิว

40. จตุธาตุววัฏฐาน 4

กรรมฐานบทนี้เหมาะสำหรับคนฉลาด นิสัยชอบค้นคว้า อยากรู้อยากเห็นคนมาจากไหน ตายแล้วไปไหนเป็นพุทธจริต เป็นกรรมฐานพิจารณาค้นคว้า วิจัยคนสัตว์ตามความเป็นจริง คือ ร่างกายคนมี ธาตุน้ำ ธาตุดิน ธาตุไฟ ธาตุลมหรืออากาศมีแก๊สออกซิเจน ไนโตรเจร คาร์บอนไดออกไซด์และไฮโดรเจน ประกอบกันเป็นนิวเครียสเซลล์เนื้อหนังมังส์ กระดูกของแข็งเป็นธาตุดิน น้ำก็มาจากธาตุโฮโดรเจนกับออกซิเจนผสมกัน ธาตุไฟคือ ความอบอุ่นในร่างกายเกิดจาก การเผาผลาญอาหารที่เรากิน เป็นพลังงานกับความอบอุ่น ทำให้ร่างกายทรงตัวอยู่ได้ ถ้าเราไม่เติมอากาศออกซิเจน ไม่เติมน้ำ อาหาร ให้ร่างกายตลอดวัน ร่างกายก็ตายทันที

ดังนั้นร่างกายนี้เป็นภาระอันหนักจิตเราผู้อาศัยต้องหาน้ำ อาหารอากาศเติมให้ร่างตลอดเวลา สกปรกเหม็นเน่าต้องชำระล้างไม่ได้หยุด พิจารณาไปจนเห็นว่า กายเป็นของธรรมชาติเป็นของโลกอยู่ใต้กฎของธรรมชาติ คือ เกิดขึ้น แล้วก็สลายตัวทุกสิ่งทุกอย่าง จิตเราไม่สลายตามร่างกายจึงไม่สมควรอย่างยิ่งที่จะไปหลงรักรูปที่เป็นเพียงภาพมายา เป็นของปลอมของชั่วคราว จิตเราควรก้าวไปหาของจริงคือ พระนิพพาน เป็นของจริงไม่สูญสลาย ตามที่พระพุทธองค์ทรงชี้แนะให้เราหาทางพ้นทุกข์ คือ อย่าติดในของปลอม คือร่างกายเพราะทำให้ผิดหวัง

ในกรรมฐานทั้ง 40 แบบนี้ แบบที่ยากที่สุดเพราะละเอียดที่สุดคือ อานาปานุสสติกรรมฐาน เป็นกรรมฐานที่คลุมกรรมฐานทั้ง 40 แบบ เวลาปฏิบัติท่านให้กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกควบทุกกรรมฐานทั้ง 40 แบบ คือ การภาวนาถ้าธัมมานุสสติก็จับภาพพระธรรมเป็นดอกมะลิแก้วใสแพรวพราวไหลออกจากพระโอษฐ์ขององค์พระบรมโลกนาถศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า

สำหรับอุปสมานุสสติกรรมฐาน คือ จับภาพพระนิพพาน ผู้ที่ฝึกมโนมยิทธิจิตจะเห็นภาพพระนิพพาน ภาพพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าเบื้องบนพระนิพพาน ยกจิตไปฝากไว้กับองค์พระพิชิตมาร ไว้ตลอดเวลาจิตเบามีความสุขเป็นจิตนิพพานไม่มีกิเลสเกาะรบกวน

ผู้ที่ยังไม่เคยฝึกมโนมยิทธิ ท่านก็ให้เอาจิตจับภาพพระพุทธรูปแทนก็ได้ ท่านที่เข้าถึงพระนิพพานองค์แรก คือ พระพุทธเจ้า ก็จับภาพพระพุทธรูป

แล้วภาวนาว่า นิพพานสุขัง จนจิตเป็นฌาน 4 จะมีปัญญาตัดกิเลสได้ทั้งหมด ได้กรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งในกรรมฐาน 40 ร่วมกับวิปัสสนาญาณ คือ ทุกคนในโลกนี้ ไม่มีใครเป็นสุขจริง มีแต่ความแปรปรวน ทุกอย่างสูญสลายไม่ว่านรกโลก เทวโลก พรหมโลก ก็เป็นพระอรหันต์จบกิจในพระพุทธศาสนาได้ ไม่จำเป็นว่าเราจะต้องฝึกทั้ง 40 กรรมฐาน

การฝึกให้จิตมั่นคงในคำภาวนาจะพุทโธ สัมมา อรหัง นะมะพะธะนะโมพุทธายะ เป็นการนึกถึงพระคุณของพระผู้มีพระภาคเจ้าดีทั้งนั้น ทำให้เราเป็นผู้ชนะทุกอย่าง เพราะพลังบุญบารมีเป็นมหากุศล มีพลังจิตบวกกับพลังพระพุทธานุภาพเพื่อเอาชนะกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา อกุศลกรรม ซึ่งเป็นสาเหตุที่ทำให้เราต้องมาเวียนว่ายตายเกิด

คุณประโยชน์ของการฝึกกรรมฐานอย่างใดอย่างหนึ่งในกรรมฐาน 40 นั้นมีมากมายมหาศาล คือ มีความสุขกายสุขใจ ซึ่งแม้จะร่ำรวยเป็นมหาเศรษฐีก็ไม่มีความสุขเท่า การมีจิตมั่นคงในการภาวนา ร่างกายไม่มีโรคภัยเบียดเบียน มีสติปัญญาชาญฉลาดทั้งทางโลกทางธรรม มีคนเคารพนับถือ มีคนเมตตา มีจิตใจร่าเริงเบิกบานเพราะไม่มีความทุกข์กายทุกข์ใจใดๆ รบกวนจิตใจของท่านที่มีสมถะภาวนา เป็นการตัดภพตัดชาติ ตัดการเวียนว่ายตายเกิด ความโลภ ความโกรธ ความหลง หลุดหายไปด้วยเจโตวิมุติ หลุดพ้นทุกข์ด้วยสมาธิภาวนา จิตเข้าถึงอริยมรรคอริยผลได้รวดเร็ว มีความร่ำรวยทางธรรมมีความร่ำรวยทางโลก มีลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุข มีพระนิพพานในจิตใจ ความทุกข์จากการเกิดแก่เจ็บตายไม่รบกวนจิตใจ ตายจากความเป็นคน จิตท่านที่เจริญพระกรรมฐานก็เข้าเสวยสุขเบื้องบนพระนิพพานตลอดกาลนาน

<u>พระคาถาตายแล้วศพไม่เน่าเหม็น</u>

คือ จิ เจ รุ นิ

จิ = ห้ามจิตอย่าคิดชั่ว ลุ่มหลงทั้ง 3 โลก

เจ = ห้ามอารมณ์จิตอย่าคิดฟุ้งซ่าน

รุ = อย่าหลงรูปร่างกายเรา ร่างกายเขา

นิ = ให้จิตตั้งมั่นไว้ในพระนิพพาน

หัวใจของการเจริญพระกรรมฐาน

1. จุดประสงค์ขององค์สมเด็จพระทรงสวัสดิโสภาคย์ สอนพระกรรมฐานเพื่อให้พุทธบริษัทมีจิตเข้าถึงอริยมรรค คือ พระโสดาปฏิมรรค เป็นอย่างน้อยและถึงอริยผลคือพระอรหัตผลพ้นจากความทุกเวียนว่ายตายเกิด

2. เพื่อชำระล้างจิตใจให้สะอาดด้วยการกำจัดนิวรณ์ 5 ตัวที่ทำให้จิตสกปรกมี

กามราคะ หลงรักรูปสวยงาม เสียงกลิ่นรสสัมผัสนึกว่าเป็นของดี ที่จริงของสกปรกของอนัตตาทั้งสิ้น

ปฏิฆะ ความไม่พอใจไม่ชอบใจ ทำให้จิตเป็นทุกข์ไม่แจ่มใส เพราะความโกรธ ความพยาบาท น้อยใจหรืองอนก็คือความโกรธ

ความง่วงเหงาหาวนอน เวลาปฏิบัติธรรมทำความดี กิเลส ขี้เกียจเข้ามาขวางทางให้ไปนอนอ้างไปทำอย่างอื่นหรือดูทีวีบ้าง

อุทธัจจะกุกกุจจะ ความฟุ้งซ่านรำคาญใจ จิตซ่านไปทั่วจิตใจ ไม่ยอมอยู่นิ่งๆ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสว่า เป็นสังขารมารหรือ ขันธ์ 5 มาร จิตฟุ้งซ่านนอกเรื่อง พระองค์ให้ปราบจิตพยศฟุ้งซ่านด้วยให้กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกเสีย ให้จิตตามลมหายใจเข้าออกนับ1-10 ดูลมกระทบจมูก-กระทบหน้าอก กระทบศูนย์เหนือสะดือ คือ กระบังลม ยกปอดขึ้น ยกปอดลง ถ้าจิตยอมอยู่กับลมหายใจได้เล็กน้อย 5-10 นาที โดยไม่คิดเรื่องอื่น ท่านเรียกว่า จิตอยู่ในฌานมีอารมณ์นิ่งมั่นคงดีชนะกิเลสฟุ้งซ่าน

นิวรณ์กิเลสที่กวนใจไม่ให้เข้าถึงความดี **ตัวที่ 5 คือ วิจิกิจฉา คือ** ความลังเลสงสัยไม่มั่นใจในพระธรรม คำสั่งสอนของพระภูมิพระภาคเจ้า ไม่มั่นใจในการปฏิบัติของตนว่า จะได้ผลตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนหรือไม่ ตัดความสงสัยด้วยการพิจารณาโลกนี้ เป็นทุกข์ตามที่พระพุทธองค์ทรงสอนหรือไม่ ถ้าร่างกายเป็นทุกข์เป็นโทษสกปรกจริง บาปบุญมีจริงตายแล้วไม่สูญหายยังมีนรก สวรรค์ พรหม พระนิพพาน มีผลไปตามบุญตามบาปจริง เราศรัทธาในพระปัญญาในพระเมตตาคุณ ในพระวิสุทธิคุณว่าพระพุทธองค์บริสุทธิ์จริง เรารักเคารพศรัทธา พระพุทธองค์ผู้ล้ำเลิศประเสริฐจริง เราก็เลิก

หายสงสัย ผู้ที่มีศรัทธามั่นคงในพระรัตนตรัยไม่คลอนแคลน คือ คุณสมบัติของพระโสดาบัน นอกจากมีศีล 5 ครบ เคารพพระรัตนตรัยด้วยใจจริงแท้ และมีพระนิพพานเป็นยอดปรารถนาของการเกิดเป็นคนก็เป็นผู้ครบพร้อมด้วยลักษณะของพระโสดาบัน เห็นความตายไม่กลัวตายเพราะจิตมีพระนิพพานเป็นที่ไป เป็นของง่ายไม่ต้องนั่งหลับตา อยู่ที่จิตตั้งมั่นเป็นทั้งสมาธิและวิปัสสนาญาณ

3. หัวใจหรืออุบายที่จะเข้าถึงมรรคผล คือ ไม่เคร่ง ไม่หย่อนขี้เกียจหรือขยัน จนเกินไป ทั้งเวลาทำสมาธิพิจารณาวิปัสสนาญาณ อย่าทรมานร่างกายจิตใจจนเกินไป กายอยากนอน อยากกิน อยากหลับ ก็ปล่อยไปตามความสบายของร่างกาย จิตใจอยากคิดก็ให้มันคิดในด้านความเป็นจริง ใจอยากนิ่ง ๆ ไม่อยากคิดก็ให้ดูลมหายใจ ที่ถูกต้องทำจิตทำใจให้วางเฉยต่อความทุกข์ความสุขในโลก จิตใจปลอดโปร่งสบาย เป็นทางสายกลาง การที่จิตเราไม่ไปยุ่งวุ่นวาย

วิปัสสนากรรมฐาน

การเจริญพระกรรมฐานแบ่งออกเป็น 2 ประเภท คือ

1. สมถกรรมฐาน เป็นอุบายเพื่อรักษาอารมณ์ใจให้เป็นหนึ่งไม่วุ่นวายฟุ้งซ่านตามอารมณ์ สิ่งแวดล้อมหรืออารมณ์ชั่ว นิวรณ์ 5 อย่าง

2. วิปัสสนากรรมฐาน เป็นการพิจารณา ค้นคว้าวิจัยหาความเป็นจริงของขันธ์ 5 ร่างกายว่า การเกิดเป็นคนสัตว์สุขหรือทุกข์

พระพุทธองค์ท่านแบ่งแยกให้พุทธบริษัทเข้าใจ แต่ในด้านปฏิบัติ ทั้งศีล สมาธิ วิปัสสนาญาณ นั้นรวมอยู่ด้วยกันตัวเดียว ผู้ไม่มีปัญญา ไม่มีวิปัสสนาญาณ ก็จะมองไม่เห็นความสำคัญ ไม่เห็นคุณประโยชน์ของผู้มีศีล 5 ครบ ศีล คือ ข้อละเว้นจากความชั่ว 5 อย่าง ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ผิดลูกผิดภรรยาสามี แย่งความรักจากผู้อื่น ไม่พูดปด ไม่ติดสุรางอมแงม ติดยาบ้ายาม้า เล่นพนัน ไม่เอาทุกอย่าง เป็นของเสื่อมทำลายชีวิตร่างกายให้พินาศ

วิปัสสนากรรมฐาน แปลว่า รากฐานของความรู้จริง ของโลกของชีวิต

วิปัสสนาญาณ 10 อย่าง มีดังนี้

1. **<u>สัมมสนญาณ</u>** มีจิตฉลาดเข้าใจเห็นความแปรปรวนของร่างกาย

2. **<u>อุทยัพญาณ</u>** มีจิตฉลาดเห็นความเกิดความตายของร่างกาย

3. **<u>ภังคญาณ</u>** มีจิตฉลาดพิจารณาดูร่างกายขันธ์ 5 ทรุดโทรมแตกสลายตายในที่สุด

4. **<u>ภยญาณ</u>** มีจิตฉลาดเห็นร่างกายขันธ์ 5 เป็นของน่ากลัวเพราะมีแต่ภัยความเจ็บป่วย ทรมาน

5. **<u>อาทีนวญาณ</u>** มีจิตฉลาดเฉลียวเห็นทุกข์โทษของร่างกายมีความทุกข์เจ็บปวดเบียดเบียน

6. **<u>นิพพิทาญาณ</u>** มีจิตฉลาดเห็นร่างกายสกปรกน่าเกลียดน่ากลัวแล้วเกิดความเบื่อหน่าย ต้องการหนีจากร่างกายขันธ์ 5 ที่แปรปรวนเป็นทุกข์ เป็นอนัตตาสูญสลาย

7. **<u>มุญจิตุกามยตาญาณ</u>** มีจิตฉลาดต้องการพ้นจากขันธ์ 5 ร่างกาย โดยรวดเร็ว

8. **<u>ปฏิสังขาญาณ</u>** มีจิตฉลาดมีปัญญาพิจารณาอุบายเพื่อจะพ้นจากขันธ์ 5 ร่างกายนี้

9. **<u>สังขารุเบกขาญาณ</u>** มีจิตฉลาดสะอาดเพราะมีจิตตั้งอยู่ในความวางเฉยในขันธ์ 5 เป็นจิตของพระอรหันต์เพียงแต่รอเวลาขันธ์ 5 ร่างกายตาย ท่านก็ไปแดนทิพย์อมตะนิพพาน เห็นว่า กายที่อาศัยอยู่ชั่วคราวเห็นว่าเป็นคนละอันกับจิต จึงไม่ยินดียินร้าย

10. **<u>อนุโลมญาณ</u>** มีจิตฉลาดสะอาดพิจารณาความรู้ว่าร่างกายเกิดขึ้นเป็นทุกข์เป็นโทษแล้วก็ตาย พิจารณาสลับญาณ1ถึง 9 ตามอริยมรรคอริยผล

<u>วิสุทธิ 7 ประการ คือ จิตจะถึงความสะอาดบริสุทธิ์ปราศจาก อวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน อกุศลกรรมมี 7 อย่าง คือ เป็นพระอรหันต์ขีณาสพได้ด้วยความบริสุทธิ์ 7 ประการ</u>

1. **สีลวิสุทธิ** คือ ไม่ละเมิดศีล 5 ศีล 8 หรือ ศีล 227 ข้อ ตามกำลังของท่าน

2. **จิตตวิสุทธิ** จิตจะสะอาดได้โดยการกำจัดกิเลสร้ายคือ นิวรณ์ 5 ได้เด็ดขาด จากการมีคุณพระรัตนตรัยมีนิพพานอยู่ในจิตใจ

3. ทิฏฐิวิสุทธิ คือ มีจิตเข้าใจมีความคิดเห็นตรง ไม่ขัดแย้งกับพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ความเห็นที่ว่าตายแล้วจิตสูญตามขันธ์ 5 หรือพระนิพพานเป็นอนัตตา เป็นความเห็นผิดไม่ตรงตามพระธรรมคำสอนที่พระองค์ว่า นิพพานนังปรมังสุขัง พระนิพพานเป็นสุขอย่างยิ่ง ถ้าจิตสูญสลายตามขันธ์ 5 นิพพานเป็นอนัตตาแล้วไซร้ จะเอาอะไรไปเป็นสุขอย่างยิ่งเล่า โลกนี้เป็นทุกข์เพราะ เป็นอนัตตา พระนิพพานเป็นสุข เพราะพระนิพพานไม่ใช่อนัตตาไม่ใช่ตัวตน คือ อมตะธรรมชาติที่วิเศษยิ่ง ไม่มีขันธ์ 5 ไม่มีขันธ์ทิพย์แห่งกายเทพกายพรหม ไม่มีอวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน บาปบุญกรรม ตามไม่ถึงอิสระเสรีตลอดกาล พระนิพพานกับจิตไม่มีวันสูญสลายจิตเป็นสุขยอดเยี่ยมตลอดกาล

4. กังขาวิตรณวิสุทธิ คือ จิตจะบริสุทธิ์ ผุดผ่องสะอาดได้ด้วยหมดความสงสัยกังขาในพระธรรมคำสั่งสอนของพระองค์สวัสดิโสภาคย์ที่พระองค์ท่านมีเมตตาต่อปวงชน สั่งสอนเทวดา พรหม คน สัตว์ ชี้แนะแนวทางแสงสว่างของชีวิตคือ พระนิพพาน ผู้ใดเห็นพระพุทธเจ้า เห็นพระพุทธรูป (องค์แทนพระพุทธเจ้า) ผู้นั้นเห็นธรรม ผู้ใดเข้าใจในพระธรรม คือ ทุกขังอนิจจัง อนัตตา ผู้นั้นเห็นองค์พระตถาคต ผู้ใดเห็นพระตถาคตผู้นั้นเห็นหรือเข้าใจพระนิพพานซึ่งก็อยู่ในจิตในใจของทุกท่านเอง คือ จิตหลุดพ้นจากอวิชชา กิเลส ตัณหาอุปาทาน อกุศลกรรมทำชั่วไม่มี

5. มัคคามัคคญาณทัสสนวิสุทธิ มีความรู้ความเข้าใจในความเป็นไปของจิต คือ ถ้าจิตใจยังผูกพันในอวิชชา ความไม่รู้ตามความเป็นจริงของชีวิต มีกิเลส โลภ โกรธ หลง มีตัณหาความอยาก มีบาปกรรมชั่ว ติดในรสอาหาร ก็ยังเวียนว่ายตายเกิดภพทั้ง 3 คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ มีนรก สัตว์เดรัจฉาน ผีเปรต คน เทวดา พรหม เวียนเกิดเวียนตาย ไม่มีวันหยุดยั้งจนกว่าจะจบกิจ มีจิตสะอาดเข้าพระนิพพานได้

6. ปฏิปทาญาณทัสสนวิสุทธิ จิตสะอาดบริสุทธิ์หมดจดจากอวิชชา กิเลส ตัณหาอุปาทาน ได้ด้วยการรู้ฉลาดเข้าใจตามความเป็นจริงของโลกของร่างกายเป็นทุกข์เป็นโทษ เพราะแปรปรวนเสื่อมสลาย มีแต่ของสกปรกน่ารังเกียจเป็นของสมมุติ เป็นของปลอม เป็นภาพมายา หลอกหลอนให้จิตหลง

ตลอดเวลา เกิดความเบื่อหน่าย เกิดความวางเฉยเห็นว่าเป็นธรรมดาของโลกของขันธ์ 5 ไม่ทุกข์ไม่สุขไม่ยินดียินร้ายกับขันธ์ 5 คือ มี วิปัสสนาญาณ 10 อย่างนั่นเอง เป็นหนทางที่จะทำให้จิตสะอาดเป็นพระอรหัตตผลขีณาสพเจ้ามีจิตพระนิพพานพ้นจากอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แม้ยังไม่ตายจิตก็เป็นสุขเลิศล้ำ ทั้ง ๆ ที่ร่างกายยังเจ็บป่วยทุกข์ทรมานตามธรรมชาติของโลก จิตท่านไม่เกาะเกี่ยวกับความทุกข์ในขันธ์ 5 อีกต่อไป

7. ญาณทัสสนวิสุทธิ จิตสะอาดบริสุทธิ์ที่เกิดขึ้นจากพลังของญาณของสมาธิภาวนา พ้นจากกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชาด้วยปัญญาที่เข้าฌาน 1-2-3-4 เป็นอัปปนาสมาธิกำลังแก่กล้า สำเร็จกิจตัดกิเลส อย่างหยาบ อย่างกลาง อย่างละเอียดเป็นพระอรหันต์ พระอริยบุคคลที่สูงสุดในพระศาสนาเรียกว่า สมาธิวิมุตติ สำเร็จกิจด้วยกำลังของฌานสมาบัติเป็นปัญญารู้รอบวิปัสสนาญาณตามความเป็นจริง

วิโมกขมุข 3

<u>อุบายธรรม 3 ประการ ที่เป็นหนทางเข้าถึงอริยมรรค อริยผลโดยง่ายมี 3 ประการ คือ</u>

1.สุญญตานุปัสสนา พระโยคาวจรคือผู้ปฏิบัติเพื่อความพ้นทุกข์ คือพระนิพพานด้วยการพิจารณาขันธ์ 5 และทุกสิ่งทุกอย่างในอนัตตจักรวาลและ 3 โลก คือ นรกโลก มนุษย์โลก เทวโลก เป็นของสูญสลายทั้งสิ้น มีอยู่อย่างเดียวไม่สูญ คือ จิตนิพพาน จิตไม่สูญ นิพพานไม่สูญ นิพพานมีอยู่ทั่วไป ดังนั้น จิตที่อยู่ในร่างกายที่เป็นทุกข์นี้เราก็ทำจิตให้มีนิพพาน อยู่ในใจจิตก็เป็นสุขเพราะจิตไม่ติดในโลก แต่ถ้าขันธ์ 5 ตายจิตก็เข้าเสวยสุขแดนทิพย์นิพพานซึ่งเป็นอมตะอยู่ห่างไกลจากโลกทั้ง 3 จะไปได้ด้วยจิตบริสุทธิ์ไม่ยึดติดในขันธ์ 5 จิตไม่สูญสลาย เช่น พระอรหันต์ที่ยังไม่ตายจิตท่านก็เป็นสุขอย่างยิ่ง ไม่ได้สูญสลายหายไปไหน จิตท่านเป็นจิตพุทธะ คือเป็นผู้ตื่นจากความหลงใหลใน 3 โลก ผู้รู้แจ้งเห็นความเป็นจริงของโลก 3 โลก ผู้เบิกบาน คือ ไม่มีกิเลสเครื่องเศร้าหมองมีความสุขตลอดกาลแม้ยังไม่ตาย เรียกว่า <u>สุญญตวิโมกข์</u>

2.อนิจจานุปัสสนา ผู้ปฏิบัติธรรมที่ฉลาดควรพิจารณาให้เห็นว่า คน

สัตว์ พืช ทุกสิ่งทุกอย่าง ลาภ ยศ สรรเสริญ เจริญสุขเป็นของชั่วคราวเพราะแปรปรวน เปลี่ยนแปลงตลอดเวลา เป็นอุบายง่าย ๆ ให้จิตเห็นเหตุ เห็นผล ไม่หลงใหลในของมายา ของปลอมของแปรปรวน จิตที่ฉลาดรู้แท้ก็จะเข้าถึงอริยมรรคอริยผลได้ง่าย ๆหมดทุกข์ หมดโศกหมดโรค หมดภัยเพราะจิตไม่มีเยื่อใยกับของไม่จริง คือ ขันธ์ 5 ร่างกาย เรียกว่า **อนิมิตตานุปัสสนา** ถ้าเป็นอริยผลเรียกว่า **อนิมิตตวิโมกข์**

3.ทุกขานุปัสสนา คือพระโยคาวจร คือผู้ปฏิบัติธรรมมีจิตฉลาดพิจารณา ดูถึงขันธ์ 5 ร่างกายเต็มไปด้วยความทุกข์ มีปัญหาจากการทรุดโทรมเจ็บป่วยเสื่อมสลาย มีภัยรอบด้าน ที่จะทำให้ร่างกายตาย ภัยจากไฟไหม้ น้ำท่วม โจรขโมย เชื้อโรค สัตว์ร้าย แผ่นดินไหว ต้องเป็นทุกข์หาอาหารหาเงินทองแก่งแย่งกันเพื่อความอยู่รอดของชีวิต มีความทุกข์ยากลำบากกายใจ เห็นเข้าใจทุกข์รอบด้านแล้ว ก็ตั้งใจละทิ้งสาเหตุของความทุกข์ คือ ความอยากในลาภ ยศ สรรเสริญเจริญสุข อยากในรูปรสกลิ่นเสียงสัมผัส ไม่อยากมีขันธ์ 5 ร่างกายอีกต่อไป เป็นอุบายพ้นทุกข์ภัยอย่างวิเศษและง่ายดายตามองค์พระพิชิตมารได้ชี้แนะ บอกทางให้แล้วไม่ต้องไปลำบากค้นคว้าหาทางพ้นทุกข์เพราะมีพระผู้มีพระภาคเจ้าผู้ประเสริฐเลิศมนุษย์ ท่านพบแล้วก็มาบอกพวกเรา พระอรหันต์เจ้าก็นำมาบอกต่อพวกเรา เราเพียงแต่เดินตามท่าน ก็พัฒนาจิตเราให้สะอาดปราศจากอวิชชา ตัณหา กิเลส อุปาทาน เข้าถึงอริยมรรค อริยผลได้ง่ายดายรวดเร็ว ถ้าเข้าถึงอริยมรรคแบบพิจารณาทุกข์เรียกว่า **อัปปณิหิตวิโมกข์**มรรค ถ้าเป็นอริยผลโดยพิจรณาความทุกข์ท่านเรียกว่า **อัปปณิหิตวิโมกข์**

พระอริยบุคคล

1. พระโสดาบันปฏิมรรค ตัดกิเลส 3 ตัวแรกในสังโยชน์ 3 ข้อแรกได้ คือ

(1) ตัดสักกายทิฏฐิได้เบา ๆ คือ ไม่โลภอยากได้ของผู้อื่น ชอบในการทำบุญทำทาน ยังมีความโกรธ ยังมีความหลง แต่ไม่ลืมนึกถึงความตาย ไม่ประมาทในชีวิต

(2) ตัดกิเลสวิจิกิจฉา ความสงสัยในพระธรรม พระสงฆ์ มีจิตมั่น

คงในพระนิพพาน ไม่ต้องการเกิดอีก

(3) ตัดกิเลสสีลัพพัตตปรามาส ไม่ลูบคลำศีล คือมีความจริงใจไม่ทำลายศีล ไม่นิยมหลงใหลไปกับพิธีรีตองตามชาวโลก เพราะท่านมีปัญญา

2. เป็นพระโสดาบันปัตติผลได้เพราะมีคุณธรรมทั้ง 3นี้มั่นคงถ้าจะเกิดเป็นคนอย่างมาก 7 ชาติ อย่างน้อย 1 ชาติไปนิพพาน

3. พระสกิทาคามีมรรค มีคุณธรรมของพระสกิทาคามีผลแต่จิตยังมีบารมีไม่เต็ม

4. พระสกิทาคามีผล ท่านมีคุณธรรม 3 ประการเหมือนพระโสดาบัน แต่มีจิตละเอียดขึ้น ความโลภ ความโกรธ ความหลง น้อยลง

พระสกิทาคามี มีกรรมบท 10 ครบถ้วน คือ ไม่ละเมิดกรรมบท 10 อย่าง รวมกับมีศีล 5 บริสุทธิ์ครบถ้วน กรรมบถ 10 เป็นทางป้องกันการเกิดในอบายภูมิ คือ

(1) ทางกาย คือ ไม่ฆ่าสัตว์ ไม่ลักทรัพย์ ไม่ประพฤติผิดในกาม ไม่ดื่มของมึนเมา

(2) ทางวาจา คือ ไม่พูดปด ไม่พูดคำหยาบ ไม่พูดเพ้อเจ้อ ไม่นินทา

(3) ทางใจ คือ ไม่คิดอยากได้ทรัพย์สินสมบัติใด ๆ ของผู้อื่น ไม่จองล้างจองผลาญ ไม่เห็นผิดจากคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้า เห็นถูกตามความเป็นจริงว่า พระนิพพานมีจริง ไม่สูญ มีความสุขยอดเยี่ยมตลอดกาล

5. พระอนาคามีมรรค มีคุณธรรมพระอนาคามีผลไม่เต็ม 100%

6.พระอนาคามีผล ท่านมีปัญญาชาญฉลาดสามารถตัดกิเลส 5 ข้อแรกในสังโยชน์ 10 ได้ คือ มีคุณสมบัติ 3 ข้อเหมือนพระโสดาบัน พระสกิทาคามี เพิ่มอีก 2 ข้อ คือ

(1) สามารถละกามราคะ กิเลสกามในความรักหลงในรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสทางกาย สุขทางกายได้

(2) สามารถละความไม่พอใจ ปฏิฆะ ความโกรธ ได้ มีจิตเมตตาปรานี

ชาวบ้านที่มีจิตเข้าถึงอนาคามีผล ยังอยู่ทำงาน ทำหน้าที่พ่อบ้าน แม่เรือนครบ แต่จิตไม่หมกมุ่นในกามราคะ มีสมาธิจิตทรงในฌาน 4 มีปัญญาเห็นโทษทุกข์ของร่างกาย ถ้าตาย ตอนจิตเป็นพระอนาคามีผลก็เข้าถึงพรหมโลกชั้นสุทธาวาส ไม่มาเกิดเป็นคน บำเพ็ญจิตในชั้นพรหมเข้าพระนิพพาน จิตเป็นสุขยอดเยี่ยม ไม่ต้องกลับมาเกิดในโลกทั้ง 3 อีกต่อไป

7. พระอรหัตตมรรค มีคุณธรรมของพระอรหัตตผลไม่เต็ม 100%

8.พระอรหัตตผล ท่านมีจิตฉลาดสะอาดสามารถกำจัดอวิชชา ตัณหา กิเลสสังโยชน์ 10 ได้ทั้งหมด อุปาทานในขันธ์ 5 ไม่มี เพิ่มจากคุณลักษณะของพระอนาคามี พระอรหันต์สามารถกำจัดกิเลสละเอียดอีก 5 ตัวในสังโยชน์ 10 ข้อ สุดท้ายได้ดังนี้

(1) รูปฌาน ท่านเข้าฌาน 1 ถึงฌาน 4 ได้ แต่มีจิตฉลาด ไม่ติดในฌาน ไม่คิดว่าฌาน1 ถึงฌาน 4 เป็นของเลิศประเสริฐเป็นแต่เพียงให้จิตสงบตั้งมั่น มีกำลังแก่กล้า

(2) อรูปฌาน จิตละเอียดฌานละเอียดตัดนามในขันธ์ 5 ได้ คือ กำจัด เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณประสาทตาหูจมูกสิ้น กาย อารมณ์ใจออกจากจิตทั้งหมด เห็นว่าอรูปฌานยังไม่ใช่ของเลิศเป็นเพียงบันไดไต่ขึ้นอริยมรรค อริยผล เข้าใจมีปัญญาเพื่อพระนิพพาน ถ้ายังติดในอรูปฌานก็ต้องไปเกิดใน อรูปพรหม ยังไม่พ้นทุกข์จริง

(3) มานะ พระอรหันต์ตัดกิเลสที่เห็นว่าตัวเราดีกว่าเขา ด้อยกว่าเขา เสมอเขา ท่านมีความฉลาดรอบรู้ว่าตราบใดที่ยังมีขันธ์ 5 ร่างกาย รูป-นามอยู่นี้ ไม่มีใครดีกว่าใคร ยังจมอยู่ในทะเลทุกข์ หรือวัฏฏสงสารกันทั้งนั้น ท่านเห็นว่าขันธ์ 5 เป็นของปลอม ของสมมุติ ของชั่วคราว ไม่ถือเขาถือเราเห็นคนสัตว์ เป็นเพื่อนทุกข์เกิด แก่ เจ็บ ตายเท่านั้น

(4)อุทธัจจะกุกกุจจะพระอรหันต์ท่านไม่มีอารมณ์คิดวุ่นวายฟุ้งซ่านไร้สาระ มีความคิดอย่างเดียว ต้องการให้คนพ้นทุกข์ ทำอย่างไรคนจะเข้าใจในธรรมะ ในทุกข์ของโลก ทำอย่างไรคนจะเข้าใจพระนิพพานถูกต้อง พระนิพพานเป็นของจริง ไม่ใช่ของสมมุติชั่วคราวเหมือนโลกมนุษย์ สวรรค์ พรหม

(5) อวิชชา พระอรหันต์ไม่มีความเข้าใจผิดในนรกโลก มนุษย์โลก เทวโลก เห็นว่า 3 โลกนี้ไม่มีทางไหนเป็นสุขจริง เป็นสุขชั่วคราว ท่านรู้เข้าใจ พระนิพพานมีจริง ไม่สูญสลาย พระนิพพานไม่ใช่อนัตตา พระนิพพานเป็น แดนทิพย์วิเศษยอดเยี่ยม จิตของผู้พ้นจากกิเลสสังโยชน์ 10 อย่างเท่านั้น ถึงจะ เข้าถึงพระนิพพาน ท่านสัมผัสพระนิพพานได้ทางจิตถึงแม้จะไม่เห็น แต่จิตมี ปัญญาทราบแน่ชัดว่าพระนิพพานมีแดนทิพย์จริง เพราะจิตท่านเข้าถึงวิมุติสุข

ผู้เขียนปฏิบัติกรรมฐานแบบไหน

ผู้เขียนคือดิฉันเป็นผู้มีศรัทธาจริต มากกว่าจริตอื่น ตั้งแต่เล็กๆ ชอบดูพระพุทธรูป ชอบดูผ้าเหลืองชอบไหว้พระ สวดมนต์ โตขึ้นชอบศึกษาหาความรู้ว่าพระพุทธเจ้าสอนอะไร อ่านหนังสือพระไตรปิฎก 45 เล่มพระอภิธรรมปิฎกก็อ่าน ตอนเด็กคุณแม่สอนภาวนาพุท - โธ ตอนอายุ 40 วาสนาดี ได้ฝึก**มโนมยิทธิ** สัมผัสพระพุทธเจ้า จิตก็ไม่ยอมไปไหน เกาะอยู่กับพระองค์เบื้องบนพระนิพพาน กายบนโลกก็ทำงานตามหน้าที่ (แม่ ภรรยา พยาบาล) เฝ้ากราบทูลถามปัญหาพระบรมโลกนาถศาสดา ปัญหาทางโลกพระองค์ไม่ตรัสตอบ แต่จะตรัสตอบปัญหาทางธรรม ก่อนนอนก็ภาวนา หายใจเข้าออกจนหลับ จิตหลับข้างบนนิพพาน กายก็หลับบนที่นอน ร่างกายแข็งแรงโรคภัยไม่รบกวน

ผู้เขียนชอบกรรมฐานหลายอย่าง ดังนี้

1. กายคตานุสสติกรรมฐาน ร่างกายเป็นของสกปรกเหม็น เป็นมหาสติปัฏฐาน จิตดูสุขทุกขเวทนากายจิตดูอารมณ์ของจิตที่แปรปรวน

2. มรณานุสสติ กรรมฐาน รู้ตัวว่าไม่ช้าเราต้องตายแน่

3. พุทธานุสสติกรรมฐาน มีพระบรมศาสดาอยู่ในจิต

4. ธรรมานุสสติกรรมฐานพิจารณาว่าคนวัตถุทุกอย่าง ทรัพย์สมบัติพังสลายไม่มีอะไรเหลือ จิตจับพระนิพพาน เห็นว่าโลกทั้ง 3 ไม่มีอะไรดีงามน่าหลงใหล

5.สังฆานุสสติกรรมฐานนึกถึงองค์หลวงพ่อพระราชพรหมยาน และพระอรหันตสาวกทุกๆ พระองค์อยู่เสมอ

6. อุปสมานุสสติกรรมฐานจิตแอบขึ้นไปเดินจงกรมบนพระนิพพาน

7. อานาปานานุสสติกรรมฐาน นึกขึ้นมาได้ก็ดูลมหายใจเข้าออกพร้อมกับภาวนา นะมะพะธะ นะโมพุทธายะ ป้องกันจิตคิดฟุ้งซ่านนอกเรื่องไร้สาระ

8. อาหาเรปฏิกูลสัญญา พิจารณาอาหารมาจากซากพืชสัตว์ สกปรก

9. อสุภสัญญา พิจารณาร่างกายเป็นซากศพเหม็นสาบสางน่าเกลียด

10. อนัตตสัญญา พิจารณาร่างกายเป็นบ้านเช่า จิตเรามาอาศัยชั่วคราว ไม่ใช่ตัวจริง เป็นของปลอม แตกสลายเป็นดิน น้ำลม ไฟ จิตไม่อยู่ในกฎเกณฑ์ของไตรลักษณ์ จิตเป็นอิสระ ถ้าจิตไม่หลงใหลในกาย ทรัพย์สมบัติ จิตจะไม่หลงวนเวียนในนรก โลก สวรรค์ พรหมอีก

ธรรมะจากพระพุทธสาวก

รวบรวมโดยเกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ

ท่านพระคุณเจ้าหลวงปู่มั่น ภูริทัตตเถระ

1. เรื่องมูลกรรมฐาน

กุลบุตรที่บวชเข้ามาในพระพุทธศาสนาแล้ว ก็ได้เรียนกรรมฐานจากพระอุปัชฌายะ 5 กรรมฐาน คือ เกศา ผม โลมา ขน นขา เล็บ ทันตา ฟัน ตโจ หนัง ในกรรมฐานทั้ง 5 นี้ มีหนังหุ้มห่อมากที่สุดถ้าไม่มีหนัง ผม ขน เล็บ ฟัน ก็หลุดหล่นหายไป เนื้อ กระดูก เป็นก็ต้องแตกทำลายไป คนเราจะหลงรักกันก็มาหลงหนัง เห็นหนังสวย ๆงาม ๆ เกิดความรักใคร่ปรารถนา แล้วติดสีของหนังขาว ๆดำ ๆ เหลือง ๆ ไม่มีหนังแล้ว มีแต่ความน่าเกลียดน่ากลัวกันทั้งนั้น ท่านสอนให้เห็นความเป็นจริงจะได้ไม่หลงในรูปในหนังต่อไป

2. เรื่องศีล

ศีล คือ ความปกติ ศีลอยู่ที่ความตั้งใจในจิตเราที่จะงดเว้น ไม่ทำความชั่ว 5 อย่าง 8 อย่าง 227 อย่าง ทั้งหมดนั้น ทำแล้วเป็นโทษเป็นทุกข์

ศีลนั้นเราไม่ต้องไปขอจากใครมีอยู่แล้วในใจคนทุกคนตลอดเวลา สมัยพุทธกาลพระผู้มีพระภาคเจ้าไม่ได้ให้ศีลก่อน แล้วจึงเทศนา พระองค์ท่านเทศนา โดยไม่ต้องให้ศีล ท่านเหล่านั้นก็สำเร็จมรรคผล ด้วย ศีล สมาธิ ปัญญา ที่มีอยู่ในจิตใจของท่าน

3. เรื่องปาติโมกขสังวรศีล

ปาติโมกขสังวรศีล 5 พระวินัยนั้น ผู้ปฏิบัติตามพระวินัยแล้ว โมกขํ คือ ข้ามพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดได้ เป็นวิสุทธิมรรคมีดังนี้

1) อินทรียสังวรศีล จิตสำรวมตา หู จมูก ลิ้น กาย

2) ปัจจยสันนิสสิตศีล พอใจตามปัจจัยที่มีของจำเป็นของพระ

3) อชีวปาริสุทธิศีล ไม่ประกอบอาชีพ พอใจตามปัจจัยที่มีของจำเป็นของพระ

4) สมาธินิเทศ มีญาณสมาบัติเป็นที่อยู่อาศัยของจิต

5) ปัญญานิเทศ มีความรู้เข้าใจตามความเป็นจริงทุกสิ่งในโลก

แตกสลายไปในที่สุด จิตมุ่งพระนิพพานเป็นที่มุ่งหมายของการปฏิบัติเพื่อความสุขที่แท้จริง

กายกับจิต ประพฤติ ปฏิบัติศีล จึงจะเป็นมรรคเป็นผลได้เมื่อเจริญสมถะภาวนาวิปัสสนาก็ไม่ต้องหนีส่งจิตออกนอกกายให้พิจารณาอยู่ในกายของตน พระพุทธเจ้า พระสาวกขีณาสพเจ้า ท่านก็มีกายกับจิตทั้งนั้น เมื่อเราจะเจริญซึ่งสมถะวิปัสสนาจิต ให้พิจารณากายในของตน เช่นดูรูป รส กลิ่น สัมผัส อารมณ์กระทบต่าง ๆ ก็อยู่ในร่างกาย เกิดที่ไหนก็ให้ละทิ้งเอาออกจากจิตตรงนั้น

4. เรื่องธรรมคติวิมุติ

สมเด็จพระชินศรีศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าท่านแสวงหาวิมุตติธรรม พิจารณาทางเอาชนะเกิด แก่ เจ็บ ตาย ครั้งเมื่อยังเป็นฆราวาส พิจารณาจนทอดพระเนตรเห็นนางสนมนอนหลับอยู่นั้นเป็นซากศพในป่าช้า เมื่อทรงหนีออกไปบรรพชาเพื่อแสวงหาธรรมที่ไม่ต้องเกิด แก่ เจ็บ ตาย ก็ทรมานร่างกายทุกอย่าง แต่ไม่สำเร็จ พระองค์ท่านจึงหาทางสายกลาง คือ แบบสบาย ไม่หย่อนไม่เคร่งจนเกินไป ทรงตั้งสัจจ อธิษฐานมั่นในพระหฤทัยว่า

"ถ้าเราไม่บรรลุพระสัมมาสัมโพธิญาณตามความต้องการแล้ว เราจะไม่ลุกจากบัลลังก์นี้ แม้เลือดและเนื้อจะแตกทำลายไป ยังเหลืออยู่แต่อัฐิก็ตามที"

ต่อจากนั้นทรงกำหนดพระอานาปานสติขั้นต้น ในตอนนี้แหละพระองค์ได้ทรงชำระนิวรณ์ธรรมเต็มที่ เวทนาความรู้สึกไม่สบายกาย ความฟุ้งซ่านทางใจได้มาประสบแก่พระองค์อย่างสาหัส ถ้าจะพูดว่า มาร ก็ได้แก่ขันธมาร มัจจุราชมาร กิเลสมาร เข้ารังควานพระองค์ แต่ว่าสัจจะอธิษฐานมั่นคงสติ ปัญญาท่านพร้อมจึงเอาชนะนิวรณ์ได้ ปิติปัสสัทธิ สมาธิได้เกิดพระองค์ทรงชนะพระยามาธิราชตอนปฐมยามเมื่อออกสมาธิตอนนี้ได้เกิดบุพเพนิวาสานุสสติญาณ เมื่อพิจารณาไปก็เห็นการเกิดการตายไม่มีที่สิ้นสุด จึงทรงทวนกระแสจิตเข้ามาใคร่ครวญถึงเรื่องผู้พาให้เป็นไปเกิดมากมายอย่างนั้น พิจารณากลับไปกลับมาในปฏิจจสมุปบาทปัจจยาการจนจิตของพระองค์เกิดความเบื่อหน่ายสลดสังเวช ก็ลงสู่ภวังค์ถึงฐีติธรรม ภูติธรรม จิตตอนนี้ถอยออกมาแล้วจึงตัดสินใจตัดขาดจากร่างกายเลิกเกิดตายเสียทีเป็นอาสวักขยญาณ ทรงทราบ

ว่าจิตพระองค์ท่านสิ้นอาสวะกิเลส พ้นจากความเป็นทาสของขันธ์ 5 ซึ่งมีกิเลส ตัณหา อุปาทาน อกุศลกรรมครอบครองอยู่ จิตพระพุทธองค์พ้นจากบ่วงมารการเวียนว่ายตายเกิดเป็นเอกันตบรมสุขเป็นสันติวิหารธรรมวิเวกธรรมนิโรธธรรม วิมุตติธรรม นิพพานธรรมแล

5. เรื่องวาสนา

อัธยาศัยของคนสัตว์เป็นมาแล้วต่าง ๆกัน ดี เลวและกลาง ๆ วาสนาก็เป็นไปตามอัธยาศัยตามความพอใจ บางทีคนวาสนายิ่งในทางดีมาแล้ว แต่คบคนพาลคนชั่ว วาสนาก็อาจเป็นเหมือนคนชั่วได้ บางคนวาสนาบุญบารมียังอ่อน แต่มาคบกับคนดีมีคุณธรรม วาสนาก็เลื่อนขึ้นเป็นคนดีมีบุญได้ บางคนคบมิตรกลาง ๆ ไม่ดีไม่ร้าย วาสนาก็พอประมาณ ฉะนั้นบุคคลจึงพยายามคบ คนดีมีคุณธรรมเพื่อเลื่อนภูมิวาสนาของตนให้สูงขึ้น

6. เรื่องการทำจิตให้ผ่องใส (สจิตตปริโยทปนํ เอตํ พุทธาน สาสนํ)

การทำจิตของตนให้ผ่องใสเป็นการทำตามคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย องค์พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าได้ตรัสสอนกาย วาจา ใจ มิได้สอนอย่างอื่น ฝึกหัดจิตใจ ด้วยการระลึกรู้ว่ากายนี้เกิดเป็นทุกข์ แก่เป็นทุกข์ ก่อนตายเป็นทุกข์ ฝึกหัดจิตให้อยู่นิ่งกับการพิจารณา จิตก็เป็นสมาธิ ขณิกสมาธิ อุปจารสมาธิ อัปปนาสมาธิ สมาธิอันแน่วแน่ได้แก่ จิตรวมสู่ภวังค์ เป็น เอกัคคตา มีอารมณ์เดียว จิตสงบนิ่งไม่วุ่นวายชื่อว่าทำจิตให้ผ่องใส ไม่ลุ่มหลงในร่างกาย

การปฏิบัติน้อมจิตเข้าพิจารณากาย วาจา จิตนี้ทำได้ตลอดเวลาทั้งกลางวัน กลางคืน รู้ได้เฉพาะตัวเป็นปัจจัตตัง เป็นอกาลิโก ไม่มีคำว่าสาย จะอยู่คนเดียวหรือหลายคนก็พิจารณาธรรมได้ทุกเมื่อ การกำหนดจิตพิจารณาธรรมะ คือ ขันธ์ 5 นี้อย่างเอาใจใส่ เห็นร่างกายเป็นซากศพ เรียกอสุภนิมิตที่ปรากฏแก่จิต เป็นอุคคหนิมิต จิตมีอารมณ์นิ่งแน่วแน่ไม่หวั่นไหวไปมาเรียกว่า อัปปนาสมาธิ ภวังค์ คือ ภพหรือฐานเดิมของจิต ภวังค์มี 3 ชนิด

1. ภวังคบาท ขั้นแรกที่จิตวางอารมณ์ขึ้นอยู่ฐานเดิม
2. ภวังคจลนะ อารมณ์จิตไหวตัวขึ้นสู่อีกอารมณ์หนึ่งดีขึ้น
3. ภวังคุปัจเฉทะ อารมณ์จิตเคลื่อนสู่เบื้องสูงมีความสุขสงบ ครบองค์ของ

ฌาน คือ ฌาน 4 พักเสวยความสงบในสมาธิอยู่นานเรียกว่า ทรงฌาน

เมื่อทำการพินิจพิจารณาธรรมด้วยปัญญาจนเพียงพอแล้ว จิตรวมลงสู่ภวังค์ คือฐานเดิมในการทรงฌานของจิตแล้ว ตัดกระแสภวังค์ขาดหายไปไม่พักเสวยอยู่เกิดญาณความรู้ตัดสินขึ้นว่า ภพเบื้องหน้าเราไม่มีอีก ดังนี้เรียกว่า ฐิติญาณ

7. อุณหัสสวิชัยสูตร

ผู้ใดเข้าถึงพระพุทธเจ้า พระธรรมคำสั่งสอน พระสงฆ์เป็นสรณะที่พึ่งแล้ว ผู้นั้นย่อมได้ชัยชนะ ความทุกข์ร้อนภัยอันตรายทุกอย่างใด ๆ ในโลก
อุณหัส หมายถึง ภัยอันตรายความร้อน
วิชัย หมายถึง มีชัยชนะ ผู้ใดน้อมเอาพระรัตนตรัยทั้ง 3 เป็นที่พึ่งทางใจย่อมชนะความร้อนภัยอันตรายทั้งปวง ตายแล้ว ผู้นั้นย่อมไม่ไปสู่อบายภูมิทั้ง 4 มีนรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน ละร่างกายจากความเป็นมนุษย์ก็จักไปเป็นหมู่เทพยดาทั้งหลาย

พระคุณเจ้าท่านพระครูญาณทัสสี (หลวงปู่คำดี ประภาโส)
วัดถ้ำผาปู่นิมิตร จ. เลย

ในพระอภิธรรมท่านแยกจิตออกเป็น 2 ชนิด

1. จิตเดิมแท้ 1 จิต เป็นจิตเป็นประธานจิตสะอาดมาก่อน จิตเดิมแท้นี้ท่านเรียกว่า ภวังค์จิต

2. **จรณจิต 89 ดวงนั้น หรืออาการจิต 121 ดวงนั้นมันไม่ใช่ของจิตเดิมแท้ เป็นอาการหรืออารมณ์ของจิตที่เข้ามาเยี่ยมจิตเดิมที่เป็นหัวหน้าประธานจิต** เป็นอาการของนาม 4 ในขันธ์ 5 นั้นมีเวทนาสุข ๆทุกข์ ๆ สัญญาจำมั่งลืมมั่ง สังขารความคิดปรุงแต่ง คิดโน่นคิดนี่ไปเรื่อยเปื่อย วิญญาณ ความรู้ทางประสาททุกส่วนในร่างกายมี ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ คืออารมณ์ในดี ชั่ว เป็นต้น เป็นผู้เข้ามาเยี่ยมเยือนจิตเดิมชั่วคราว จรณจิตที่มาเยี่ยมจิตเดิม เรียกอีกอย่างว่า**ทิฏฐิที่เกิดจากจิต คือ ความรู้สึกดี ๆชั่ว ๆ ที่เกิดจากจิต**

อาการของจิตที่เข้ามาในจิตเดิมเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ไม่มีอะไรแน่นอนสูญหายสลายไป ไม่ควรไปยึดอารมณ์ทั้งหลายแหล่ให้มาปะปนกับ

จิตเดิมแท้ที่บริสุทธิ์ ผุดผ่องมาก่อน

<u>จิตตานุปัสสนา</u> ก็ให้พิจารณาอาการของจิตต่าง ๆที่เข้ามาเยี่ยมจิตเดิมแท้เป็น อาการจิตอารมณ์จิตต่าง ๆ นั้นไม่มีสาระแก่นสารอะไรเป็นอนัตตาทั้งหมด

<u>บางท่านก็เลยเหมาเข้าใจผิดไปว่าจิตทั้งหมดเป็นอนัตตา ไม่มีอะไร-</u> เหลือ **<u>จิตเดิมแท้ก็อนัตตาสูญเปล่า อันนี้มีนักปราชญ์ทั้งหลายเข้าใจผิด</u>**กันมาก ไม่ถูกตามพระธรรมคำสอน ถ้าไม่สอนไปผู้อื่นเข้าใจตามความเข้าใจผิดของเรา ยิ่งบาปหนักเข้าไปใหญ่ คือ เราเป็นมิจฉาทิฏฐิหลงผิดแล้วไปทำให้ผู้อื่นหลงผิดด้วย อย่างนี้ชื่อว่า ทำลายพระธรรมคำสอนพระพุทธเจ้า ทำลายพระพุทธศาสนาโดยไม่รู้ตัว

<u>จิตเดิมแท้เป็นอมตะธรรม คือ ธรรมไม่ตาย ไม่สูญสลายเหมือนโลกียธรรม ธรรมทั้ง 3 โลกคือ นรกโลก มนุษย์โลก เทวโลก</u> (พรหมโลกอันเดียวกับเทวโลก) เป็นอนัตตา สูญสลายว่างเปล่า เกิดขึ้นตั้งอยู่และดับไป

โลกุตตรธรรม คือ ธรรมะเหนือโลกทั้ง 3 ไม่มีเกิด ไม่มีดับ ตั้งอยู่ตลอดกาลมีอิสระเสรี ไปไหน ๆ ได้ทั่ว 3 โลกอนันตจักรวาล ธรรมะเหนือโลกนี้ คือ จิตเดิมแท้ จิตสะอาดบริสุทธิ์ จิตเหนือ 3 โลก คือ จิตพระนิพพาน

จิตพระนิพพานมีรูปร่างหรือไม่?

จิตพระนิพพานมีรูปร่างเรียกว่า ธรรมกายหรือกายนิพพาน เป็นรูปนิพพานอยู่ในนามคือ อยู่ในจิตเดิมแท้ เป็นรูปจริงไม่ตายไม่สูญสลาย

ดังนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้าจึงทรงสั่งสอนให้แยกจิตเดิมแท้ ออกจากอาการจิตทั้งหลายแหล่ที่เป็นของแปลกปลอมรู้แล้วก็ปล่อยไปไม่เอามาเป็นอารมณ์ ไม่มีประโยชน์มีแต่ทุกข์โทษไร้สาระ

ปฏิสนธิวิญญาณ ก็คือ จิตเดิมแท้ที่ไม่ตายนี่แหละแสวงหาที่เกิดต่อไปด้วยความลุ่มหลงใน 3 โลก

บาปทั้งหลาย รูป วัตถุ นามขันธ์ 5 คนสัตว์เป็นสรรพสูญ คำว่าสูญ คือ หายไป ไม่มีสาระแก่นสารเหมือนกับ แดดลมจะจับไว้ก็ไม่อยู่ คนเราก็มีจิตใจดวงเดียว เท่านั้นที่มีประโยชน์ เป็นอมตะธรรม ไม่แก่ไม่เน่าไม่ตาย จิตที่ไปแสวงหาที่เกิดใหม่ จิตหญิงไปเข้าท้องแม่ก็สร้างชาติใหม่ เป็นชายได้ ตายจาก

ชายทำบาปก็ไปเข้าท้องสัตว์เปลี่ยนไปเปลี่ยนมา ดังนั้น พระผู้มีพระภาคเจ้าจึงเน้นเรื่องดูจิต ตนเองอย่างยุ่งเรื่องจิตภายนอกจิตผู้อื่น

มโน ปุพพังคะมา ธัมมา มโนเสฏฐา มโนมะยาติ ธรรมะทั้งปวงมีจิตใจเดิมแท้เป็นใหญ่ จะเป็นสุขจะเป็นทุกข์ เป็นนิพพานก็อยู่ที่จิตเดิมแท้ที่ไม่สูญสลายไม่ใช่อนัตตา

พระคุณเจ้าหลวงพ่อพระราชพรหมยาน วัดท่าซุง จ. อุทัยธานี

อย่าเมาร่างกายจนเกินไป ชีวิตน้อยนิดจงอย่าคิดว่าร่างกายของใครดี ดูร่างกายของเรานี้ มันเหม็นสกปรกโสมม มีความเสื่อมโทรมเป็นธรรมดา ในไม่ช้าร่างกายมันก็พังสลาย อยู่คนเดียวมีความสุขอย่างมีคนเดียว แต่ก็เป็นทุกข์เพราะมีขันธ์ 5 ร่างกาย ฉะนั้นขอลูกทุกคนจงตั้งหน้าตั้งตาปลงจิตคิดว่า

อนิจจา วตสังขารา สังขารร่างกายไม่เที่ยงหนอ
อุปปาทวยธัมมิโน เมื่อเกิดขึ้นแล้วก็แก่ทีละน้อย
อุปัตชิตวา นิรุตฌันติ เมื่อเกิดแล้วในที่สุดก็ตาย
เตสัง วูปสโมสุโข ร่างกายที่ตายเปื่อยเน่าอย่างนี้

ถ้าเรางดไม่มีร่างกายเสียแล้ว องค์สมเด็จพระประทีปแก้วตรัสว่า จะมีกายแก้วคือ กายทิพย์พระนิพพานตลอดกาล

ท่านพระคุณเจ้าหลวงปู่ดูลย์ อตุโล

หลักธรรมที่แท้จริงก็คือ จิต ซึ่งนอกไปจากนั้น ก็ไม่มีหลักธรรมใด ๆ เลย จิตนี่แหละคือหลักธรรม นอกไปจากนั้นแล้วมันก็ไม่ใช่จิต ขอให้เลิกละการคิดฟุ้งซ่าน อารมณ์ใด ๆ ออกไปที่ไม่ดี เป็นพิษของจิตทั้งสิ้น จิตใจก็จะเหลือแต่ความบริสุทธิ์ ซึ่งมีประจำกันอยู่แล้วทุกคน

สัตว์ใหญ่สัตว์เล็กซึ่งมีความคิดนึกขยุกขยิกทั้งหมดและองค์พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า พร้อมทั้งพระโพธิสัตว์ทั้งหลายทั้งปวงล้วนแต่มีจิต เป็นธรรมชาติอย่างเดียวกันทั้งนั้นไม่แตกต่างกันเลย

การแตกต่างกันที่เกิดขึ้นเกิดจากความเข้าใจผิด คิดผิด พูดผิด ทำผิด ย่อมนำจิตเรา ๆท่าน ๆ ไปสู่ที่เกิดที่ก่อสร้างต่ำ ๆ เช่น นรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน คนยากจนเข็ญใจ เวียนไปเวียนมาไม่หยุดไม่สิ้น จิตเดิมสดใสสะอาดมีอยู่แล้วในตัวตน จิตในกายนั้นมีพลังเลิศล้ำ ถ้าสามารถแยกจิตออกจากกายสัตว์กายคน จิตแม้จะหมุนเวียนเปลี่ยนรูปร่างใหม่ รูปร่างเก่าใหม่นั้นก็คือความว่างไม่มีอะไรมาเจือปนกับจิตดั้งเดิม ซึ่งเป็นของบริสุทธิ์ผุดผ่องได้ จงหัดแยกจิตที่เป็นของจริงออกจากกายเน่าเหม็นที่เป็นของปลอมเสียเถิดจงหัดจิตเข้าไปสู่ที่สงบเงียบลึกซึ้ง ด้วยการลืมตัวเขา ตัวเรา สรรพสิ่งในโลก ท่านจะเห็นจิตของตนได้เต็มที่ชัดเจนแจ่มใส นอกจากจิตแล้ว นอกนั้นเป็นเพียงแต่ภาพมายาสมมุติท้ายที่สุดเหลือแต่ความว่างเปล่าเป็นอนัตตา จิตไม่มีวันแก่เจ็บตาย จิตไม่มีวันทุกข์ จิตเป็นสุข ท่านเรียกว่า จิตพระอริยเจ้า

อริยสัจ 4

จิตของเราที่ส่งออกนอกกายเรา เป็นเหตุของทุกข์ = <u>สมุทัย</u>

ผลได้ที่จิตไปสนใจสิ่งนอกกายเรา เป็น<u>ทุกข์</u>

จิตเห็นจิตตนขยันทำจิตให้สะอาด เป็น**<u>มรรค</u>**ทางพระนิพพาน

ผลอันเกิดจากชำระจิตให้สดใสสว่าง เป็น<u>นิโรธ</u>คือ หมดทุกข์

ดังนั้นจิตจะรับอารมณ์ต่างๆนอกตัวในตัวก็อย่าให้จิตกระเพื่อมกระสับกระส่ายทำจิตให้รู้ ละ นิ่งเฉยไว้ หัดเข้าไว้จะมีสติ สมาธิ ครบถ้วน

พระคุณเจ้าหลวงปู่บุดดา ถาวโร

<u>พระนิพพานไม่ใช่นาม ไม่ใช่รูป แต่ว่ามันเป็นธรรมที่มีอยู่แล้ว ไม่มีใครสร้างขึ้น เป็นธรรมชาติที่ไม่เกิด ไม่เปลี่ยนแปลง ไม่ดับสลาย พระนิพพานเป็น อสังขตธรรม</u>เป็นนิพพุธาตุ เป็นพุทธิธาตุ เป็นธาตุละเอียดที่สุดธาตุว่างเหนือสิ่งตกแต่งเป็นพระนิพพานเมืองแก้วประกายพรึก บริสุทธิ์ผ่องใส คือ ไม่มีการเกิดขึ้นดับลงอยู่เหนือโลก สวรรค์ พรหม ซึ่งยังเป็นสังขตธรรม เกิดขึ้น ตั้งอยู่ ดับไป

ธรรมภาคปฏิบัตินี้ ง่ายกว่าภาคปริยัติมาก ปริยัติต้องแปลบาลีกันลำบาก ภาคปฏิบัติใจเกิดความรู้ ปัญญา เข้าใจง่ายจิตเบาสว่างไสว

พระอรหันต์สาวกหมู่ใหญ่ตรัสรู้แล้ว เป็นธรรมอันเดียวกัน เพราะใจสงบ ตาหูจมูกลิ้นกายใจก็สงบ วาจาสงบ ศีล 5 นี้เป็นศีลโลกุตตรได้ จิตมีศีล 5 เข้าพระนิพพานได้ง่าย เพราะศีล สมาธิ ปัญญาอยู่ที่จิตใจ จิตใจเป็นผู้พ้นทุกข์ จิตใจเป็นผู้เข้าเสวย สุขในพระนิพพาน

พระอริยเจ้าทั้งหลาย มีจิตไม่ส่งออกไปดูของนอกกาย ไม่สนใจกายเขา กายเรา จิตนิ่งไม่หวั่นไหว จิตไม่กระเพื่อมเป็นจิตอยู่ในวิหารธรรม

จิตจริงๆเป็นตัวรู้ ตัวฉลาด สดชื่น สะอาด และเบิกบาน

จิตไม่ใช่ตัวโลภ ตัวโกรธ ตัวหลง ไม่ใช่ตัวสงสัยวิตกกังวล จิตจริงๆไม่มีความฟุ้งซ่านรำคาญใจ ให้กำจัดของแปลกปลอม ออกจากจิตซึ่งเป็นของจริง จงแยกร่างกายซึ่งเป็นของปลอมออกจากจิตซึ่งเป็นของจริงเสีย แล้วได้รับความสุขใจตลอดกาล สิ่งที่มีในโลกทุกอย่าง ท้ายที่สุดก็สูญสลาย คือไม่มีแท้ที่จริงมีอยู่ในจิตใจ คือความสงบสุขเลิศล้ำ แต่คนไม่สนใจ ไปหาความสุขทาง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ลาภยศสรรเสริญ คือพระนิพพาน ที่อยู่ในจิตใจของทุกคน ให้ขยันหมั่นแยกจิตที่เป็นของจริงออกจากขันธ์ ร่างกายที่เป็นของปลอม วิธีแยกจิต คือให้คิดว่าทุกลมหายใจเข้าออกของร่างกายตายตลอดเวลา สิ่งที่ไม่ตาย-คือจิตของเราจะขอเฝ้าองค์พระศาสดา ตั้งจิตตั้งใจว่าสรรพสิ่งในโลกไม่มีอะไรดีที่จิตจะต้องยึดติด เมื่อใดจิตไม่ติดในของสมมุติในโลก จิตก็เป็นพุทธพระอรหันต์ ในพระนิพพานยังคงใช้กายทิพย์นิพพานโปรดสัตว์ทั้ง 3 โลก คนบำเพ็ญธรรมเหนือชะตากรรม ธรรมะเป็นยาวิเศษ พระพุทธานุภาพมีมากมายมหาศาล ไม่อาจประมาณได้ 3 สิ่ง คือ พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ คุ้มครองป้องกันภัยอันตรายได้ทั่วทุกตัวคน ให้ระลึกถึงท่าน ด้วยจิตเคารพศรัทธาก็จะสมความมุ่งมาตรปรารถนา

<u>**พระคาถาให้จิตมีปัญญาตัดกิเลสทุกอย่าง**</u>

ขีณาสวา อนิยตา นิพานะสุขัง

<u>**พระคาถาขอฝน ว่า 108 จบ ให้ชุมนุมเทวดาก่อน**</u>

อาโปธาตุ ปฐวีธาตุ

มโนมยิทธิเต็มกำลัง

โดยพระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยาน

ถ้าใครปฏิบัติได้ก็พ้นได้ ถ้าใครปฏิบัติไม่ได้ก็พ้นไม่ได้ แล้วก็ขอให้ทุกคนตั้งใจและก็จงมีความคิดว่า **การเกิดเป็นมนุษย์แล้ว ถ้าหากเรายังจะต้องถอยหลังลงนรก เราขาดทุนมากเกินไป** เพราะการลงนรกแล้ว กัปนี้ไม่ได้กลับมาอีก ถ้ากรรมหนักนี่แสนกัปยังไม่ถึงมนุษย์ มันนานเกินไป การเกิดมาเป็นคนทางที่ดีต่อไปควรเป็นเทวดาเป็นอย่างน้อย หรือมิฉะนั้นก็ไปเป็นพรหม แต่ว่าการไป 2 จุดนี้ก็ยังไม่ถือว่าดี เพราะถือว่าเป็นความดีชั่วคราว ทางที่ดีให้ตัดสินใจไปนิพพานเลย

แล้วคนที่มาทุกคนนี่ถ้ามาด้วยความเต็มใจ ไม่สักแต่ว่ามาดูเขา หรือสักแต่ว่ามาลอง **คนที่มาด้วยความเต็มใจจริง ๆ พวกนี้เป็นคนที่มีบารมีเต็มแล้ว เพราะว่าคนที่มีบารมีเต็มจริง ฉันจะช่วยได้แค่แสนคนเศษ ๆ เฉพาะกลุ่มของเรา** ถ้าหากว่าคนที่มาลองก็ดีหรือมาลองดูบ้าง มาดูเขาบ้าง ลองทำบ้าง จะสังเกตได้ว่าประเภทมาลองหรือมาดูนี่**พูดไม่รู้ประสาคนพูดแล้วไม่รู้จักจำ** จำแล้วก็ไม่คิดตาม พวกนี้ไม่มีโอกาส จะมาสักกี่แสนชาติก็ไม่มีโอกาส **พวกที่ติดตามมาตั้งแต่ชาติก่อนจริง ๆ พวกนี้บารมีเต็มหมด แล้วก็มีโอกาสไปนิพพานชาตินี้เหมือนกันทุกคน**

นี่ขอให้ทุกคนตั้งใจทำตามนี้ จำไว้ด้วยนะ ถ้าจะถามว่าบาปอกุศลที่ทำมาแล้ว อันนี้มันเป็นของธรรมดา **การเกิดมาเป็นคนนี่จะไม่มีบาป ไม่มีอกุศลน่ะไม่มี** แล้วก็จงอย่าลืมว่า พระอรหันต์ทุกองค์ที่นิพพานไปแล้วก็ดี **ที่ยังไม่นิพพานในประเทศไทยมีหลายร้อยองค์ เวลานี้พระอรหันต์ในประเทศไทยมีหลายร้อยองค์ เฉพาะปฏิสัมภิทาญาณเกิน 60 องค์** ใครรู้จักบ้างล่ะ ไม่รู้จักก็เดินชนพระอรหันต์ตายไปเลย ส่วนพระอริยเจ้าตั้งแต่พระโสดาบันขึ้นไป นี่มีนับหมื่นเวลานี้นะ

แต่ว่าพวกเรามีสิทธิ์เป็นไหม พวกเราก็มีสิทธิ์ มีสิทธิ์ตั้งแต่พระโสดาบัน สกิทาคามี อนาคามี อรหันต์ ทั้งนี้เว้นไว้แต่ว่า เราไม่ใช้ปัญญาของเราให้เกิดประโยชน์ ไม่ใช้ขันติ ความอดทนต่อสู้กับความชั่ว และก็ไม่ใช้วิริยบารมี

<u>**เข้าไปเข่นฆ่ากับไอ้ศัตรู คือ กิเลส ยอมให้กิเลสมันเป็นเจ้าหัวใจ อันนี้เป็นเรื่องของคนก็ช่วยเหลืออะไรไม่ได้ จึงขอให้ทุกคนมีความเข้มข้น**</u> การจะปฏิบัติที่จะให้ผลคือ

1. ฉันทะ มีความพอใจในการที่เราจะพึงกระทำ

2. วิริยะมีความเพียร เพราะการปฏิบัติทั้งหมดจะต้องมีความเพียรเป็นเครื่องต่อสู้ การทำงานทุกอย่างต้องมีอุปสรรค ถ้าเราขาดความเพียรเสียอย่างเดียว ไม่มีงานอะไรสำเร็จ

3. จิตตะ เอาจิตจดจ่อ คือ มุ่งไว้เสมอในด้านของความดี

4. วิมังสา ใช้ปัญญาใคร่ครวญว่า ที่เราทำนี่มันถูกหรือผิด ครูเขาสอนกันมาอย่างไร การที่ครูสอนมาอย่างไรนี่ต้องจำ ถ้าขาดความจำเสียอย่างเดียวก็เลวเกินไป นี่พูดถึงความเลว ขาดความจำไม่ได้ มันเลวถึงที่สุด ถ้าจำได้ไม่เข้าใจเขาเรียกว่า ขาดปัญญา รวมความว่าอิทธิบาท 4 ที่พระพุทธเจ้าทรงรับรอง ว่างานทางโลกก็ดี ทางธรรมก็ดี ถ้าจะมีผลสำเร็จก็เหตุผล 4 ประการคือ

1. ฉันทะ มีความพอใจ
2. วิริยะ มีความเพียร
3. จิตตะ เอาจิตใจจดจ่อไม่ละวาง
4. วิมังสา ใช้ปัญญาใคร่ครวญ

พวกนี้สำคัญ ต่อนี้ไปก็จะพูดถึงการปฏิบัติ การปฏิบัติตามแบบท่านบอกว่าต้องเต้นบ้าง ต้องตีอกชกลมบ้าง นั่นเป็นเรื่องของคนที่กำลังฌานไม่เคยปรากฏมาในกาลก่อน <u>**คือว่าการฝึกเต็มกำลังนี่เราฝึกเพื่ออภิญญา 6 ต้องขึ้นด้วยกำลังของฌาน 4 รูปร่างหน้าตาของฌาน 4 เป็นอย่างไร อย่าไปสนใจแค่รู้ชื่อก็พอ**</u>

ทีนี้เวลาปฏิบัติอย่าไปสนใจผู้อื่น ให้สนใจแต่เพียงว่าเราทำได้หรือไม่ได้ ถ้าหากว่าคนที่ไม่เคยได้ทำสมาธิในกาลก่อนเลย ถ้าไม่เคยมีฌานสมาบัติมาก่อน อย่างนี้จึงจะมีการตีอกชกลม เต้นปึ๊บปั๊บปึ๊บปั๊บ เอามือตีอกบ้าง เต้นไปเต้นมาบ้าง เพราะนั้นอันดับแรกจิตเขาถึงฌานหยาบ ถ้าจิตเขาถึงฌานละเอียดแล้วก็เงียบสงัด ที่ส่วนมากที่นักปฏิบัติที่มาก็เคยได้ประเภทที่ฝึกแบบครึ่งกำลังมาก่อน <u>**ครึ่งกำลังที่ฝึกมาแล้วก็เป็นฌาน 4 อยู่แล้ว การที่เราไปพระจุฬามณีได้**</u>

ไปสวรรค์ได้ ไปพรหมโลกได้ ไปนิพพานได้ ไปไหนต่อไหนได้ นั่นคือฌาน 4 และเวลาเราไปทำทางของเรามีไปแบบเรียบ ๆ นั่นเป็นฌาน 4 ละเอียดอยู่แล้ว

ฉะนั้นพวกนี้ไม่มีการเต้น ไม่มีการสั่น ไม่มีความจำเป็นต้องรอประเภทนั้น คือ เวลาที่จะปฏิบัติจริงให้ทำตามเดิม จับพระรูปพระโฉมขององค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าให้ชัดเจนแจ่มใสตามกำลัง ให้เต็มกำลังจริง ๆ เคยเห็นให้ชัดให้จิตทรงตัว และ **ขอบารมีของพระพุทธเจ้าบอกว่า ขอให้เห็นชัดเจนเต็มกำลังด้านอภิญญาขั้นนี้** หลังจากก็ไปตามจุดที่เราเคยไป นี่สำหรับคนเก่าสำหรับท่านที่มาใหม่ก็มีจำเป็นในอาการไม่แสดงออก การแสดงออกนี่ครูเขาจะเข้าไปสอนเข้าไปถาม สำหรับท่านผู้เก่า ครูเข้าไปสอนเข้าไปถามก็ได้ ทีนี้วิธีปฏิบัติของบรรดาญาติโยมพุทธบริษัท

อันดับแรก ให้ใช้กำลังให้แน่นอน นั่นคือว่าเห็นตามความเป็นจริงว่า **การเกิดมาเป็นคน มันเป็นทุกข์ คือ การเกิดมาเป็นคนนี่ไม่มีอะไรเป็นสุขจริง มีแต่ทุกข์อย่างเดียว** ถ้าเรามีปัญญาแค่นิดเดียว เราก็รู้ว่าเป็นทุกข์ หิวข้าวเป็นทุกข์ การทำมาหากินเป็นทุกข์ การกระทบกระทั่งคารมที่เราไม่ชอบใจก็เป็นทุกข์ ความแก่เข้ามาเบียดเบียนก็ทุกข์ ความปรารถนาไม่สมหวังก็ทุกข์ การป่วยไข้ไม่สบายก็ทุกข์ การพลัดพรากจากของรักของชอบใจก็ทุกข์ ความตายก็ทุกข์ แล้วก็ขอให้ทุกคนจำไว้ว่า สมบัติแห่งการเกิด เมื่อเราเกิดมาแล้ว สมบัติที่เราจะพึงได้แน่นอนคือ

1. ความแก่ติดตามมาทุกวินาที เราต้องแก่แน่ ขณะที่ทรงตัวอยู่ ความป่วยไข้ไม่สบายมันต้องมี ถ้าขณะที่ทรงตัวอยู่ ความปรารถนาที่เราต้องการสมหวังบ้าง ไม่สมหวังบ้างมันต้องมี การพลัดพรากจากของรักของชอบใจ พ่อแม่เป็นที่รัก เป็นที่เราเคารพ ที่เราต้องการพึ่งท่าน ยังไง ๆ ท่านก็ต้องตายจากเรา คนที่เรารัก คนที่เราชอบก็ต้องตายจากกันทั้งเป็นบ้าง จากตายบ้าง และในที่สุด**ชีวิตของเราต้องตาย นี่สมบัติแห่งการเกิด เกิดแล้วทุกคนต้องได้สมบัติอย่างนี้เหมือนกันทุกคน**

อาการอย่างนี้ขอทุกคนให้ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดาของการเกิด อย่าทำจิตหวั่นไหว ความแก่เข้ามา ถือว่าฉันทราบแล้วว่าเธอแก่ ให้คิดไว้ทุกวันว่าเรามันต้องแก่ ถ้าความตายจะเข้ามาถึง ให้คิดว่าเป็นเรื่องธรรมดา ฉันทราบแล้วว่า

เธอจะต้องตาย อย่าหวั่นไหว **ตัดสินใจว่าอะไรจะเกิดขึ้นมาก็ตามที เราไม่ท้อมัน เราจะไม่สะดุ้งหวาดหวั่นต่อมัน สะดุ้งมันก็ไม่เกิดประโยชน์ ยังไง ๆ มันก็เป็นไปตามนั้น สิ่งใดที่แก้ไขไม่ได้ ไม่ควรแสดงอาการหวาดกลัว ให้มีความหวาดกลัวอยู่อย่างเดียวว่า ชาตินี้เราจะไปพระนิพพานได้หรือไม่ ถ้าเราเกรงว่าเราจะไปพระนิพพานไม่ได้ ความตั้งใจจริงมันก็มีขึ้น ต้องเอาให้ได้อารมณ์ของพระนิพพาน**

ทีนี้อารมณ์ของบุคคลที่จะไปพระนิพพานได้เขาทำยังไง ถ้าไปว่าถึงกิเลสใหญ่เราก็ไม่มีโอกาส หนักเกินไป ต้องเริ่มตั้งแต่เล็กดูอารมณ์ของพระโสดาบัน พระโสดาบันจริง ๆ ที่ท่านเป็นกันน่ะ เวลาฝึกเขาฝึกกันยังไงก็ช่างไม่ต้องไปดู **จำไว้ว่าคนที่เขาเป็นพระโสดาบันจริง ๆนะ เขาทรงอารมณ์แบบนี้เขาทรงเลยนะ ไม่ใช่จำ ๆ ลืม ๆ ทำได้บ้างไม่ได้บ้างนะ** อารมณ์ที่ทรงตัวจริง ๆ คือ

1. **เคารพพระพุทธเจ้าด้วยความจริงใจ เคารพพระธรรมด้วยความจริงใจ เคารพพระอริยสงฆ์ด้วยความจริงใจ ฆราวาสมีศีล 5 บริสุทธิ์แน่นอน จิตมีความคิดอย่างเดียว ถ้าตายเมื่อไรขอไปนิพพานเมื่อนั้น** พระโสดาบันมีแค่นี้ ถ้าหากว่าทุกคนสามารถทรงจิตอารมณ์ของพระโสดาบันได้แล้วเราก็หวังพระนิพพานในชาตินี้ ให้ทำใจแบบนี้ คิดว่าขึ้นชื่อว่า การเกิดเป็นมนุษย์ก็ดี เราขอมีชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ถ้าร่างกายนี้ตายเมื่อไร พังเมื่อไร อย่าไปถือว่าตาย ให้ถือว่าพัง ถ้าร่างกายพังเมื่อไร จุดเดียวที่เราจะไปจุดนั้น คือ พระนิพพาน เราจะไม่ยอมเป็นเทวดาหรือพรหม ถ้าทุกคนมีอารมณ์อย่างนี้ฆราวาสถ้าถึงอายุขัยเกิดจะตายเมื่อไรวันนั้นจะเป็นพระอรหันต์ เป็นพระอรหันต์วันนั้นแล้วก็นิพพานวันนั้น

อารมณ์นี้ขอให้ทุกคนทรงตัวตั้งแต่เวลานี้ไปจนกว่าจะตาย เท่านี้นะทุกคนพ้นทุกข์

สำหรับวิธีปฏิบัติในวันนี้ ก็ขอให้ญาติโยมพุทธบริษัท ใช้คำภาวนาว่า นะมะพะธะ แต่เวลาภาวนาจริง ๆ อย่าตั้งใจคิดว่า อยากได้โน้น อยากได้นี้ อยากจะเห็นชัด อยากจะเห็นเจน อยากจะไปโน่น อยากจะไปนี่ ขณะที่ภาวนาถ้าอยากอยู่ก็ไม่มีทางได้ไป เพราะว่ามีกิเลสตัวที่ 4 เป็นตัวร้ายกาจมาก จะเข้ามาขวางใจ

ถ้าภาวะนิวรณ์ 5 เข้าแทรก ตีกลับทันที กิเลส 2 ตัวนี้ต้องระวังมาก หนึ่ง **เราจะต้องไม่สงสัยในผลของการปฏิบัติ**

เวลาภาวนาไปมันมีผล 2 ประการ สำหรับท่านที่ได้มโนมยิทธิแบบเก่ามาแล้ว ที่ทำมาแล้วไม่ต้องรอแสงสว่าง ให้ตั้งใจจับพระรูปพระโฉมองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทันที แล้วก็ค่อย ๆ **ภาวนาแบบสบาย ๆ จิตจับลมหายใจเข้าออกพอสมควร อย่าจับมากเกินไป เวลาที่จิตมันจะเคลื่อน ถ้าจิตเกาะลมหายใจเกินไปมันจะไม่เคลื่อน ถ้าภาวนาไป ภาวนาไป จิตมันเผลอจับลมหายใจเข้าออก ตอนนั้นแหละมีโอกาส ถ้าจิตดึงลมหายใจเข้าออกมากเกินไปมันก็จะไม่เคลื่อนไหวไปไม่ได้**

เมื่ออารมณ์ใส ใสชัดเจนแจ่มใส มันก็ไปตามกระแสของพระพุทธเจ้า คือ ตามพระพุทธเจ้าท่านไป สำหรับท่านที่มาใหม่ ไม่เคยทำอย่างนี้มาเลย ภาวนาไป ภาวนาไป ประเภทนี้ต้องรอแสง เห็นแสงพุ่งมาจากข้างบนสว่างจ้า ถ้าแสงพุ่งมาจากข้างล่างขึ้นข้างบน หรือ ปรากฏชัดเฉย ๆ ก็ตาม ถ้าเห็นแสงสว่างชัดให้พุ่งจิตไปตามแสง ว่าเราไปตามแสงนี้ล่ะ ขอบารมีพระพุทธเจ้าช่วยไปตามที่เราต้องการเท่านี้ บรรดาท่านพุทธบริษัทจะมีผลการปฏิบัติในวันนี้ การแนะนำ ขอแนะนำเท่านี้นะ ต่อไปขอทุกคนตั้งใจสมาทานพระกรรมฐาน สวัสดี.

รูป ร่างกาย นามความคิด ความจำ ความรู้สึกทั้งหลายคือ ขันธ์ 5 เป็นภาระอันหนัก วางภาระอันหนักคือกายเสียให้หมดจิตจะเบาโปร่งโล่งสบายเป็นสุข อย่ากำหนดของสมมุติในโลกว่าเป็นเราของเรา ไม่เห็นว่าอะไรในโลกนี้เป็นของดี ของสวยงาม เป็นของชั่วของเลว เพียงแต่ทำใจให้ยอมรับนับถือกฎของธรรมดาโลกนี้เป็นอย่างนั้น เป็นกฎธรรมดาไปหมด ไม่มีอะไรมารบกวนจิตใจ มีความนิ่งเฉยไว้เป็นธรรมดา คือ จิตของพระอรหันต์

อภิญญา

โดย พระคุณเจ้าหลวงพ่อพระราชพรหมยาน

ท่านพระโยคาวจรทั้งหลาย บัดนี้ท่านทั้งหลายได้พากันสมาทานศีล สมาทานพระกรรมฐานแล้วต่อแต่นี้ไปก็จะขอนำเอาเรื่องของทิพย จักขุญาณ คือการฝึก ทิพยจักขุญาณมาพูดต่อไปเพื่อให้จบ สำหรับวันนี้ ทิพยจักขุญาณจบแน่เพราะว่าไม่มีอะไรมากมีแต่วิธีปฏิบัติ

เป็นอันว่าขอบรรดาท่านทั้งหลายที่มีความประสงค์จะพึงให้ได้ทิพยจักขุญาณ นั่นก็คือให้ท่านทั้งหลายจงใช้กำลังใจของท่านให้มั่นคงเรื่องความมั่นคงของจิตนี่มีความสำคัญมากเพราะว่าการรักษากำลังใจแม้ว่าจะฝึกแบบไหนทั้งหมดย่อมเสมอกัน ย่อมมีผลเสมอกันตามที่กล่าวมาแล้วในวันก่อน ก็หมายถึงว่ากำลังใจของท่านเข้าสู่อุปจารสมาธิหรือว่าอุปจารฌาน ความจริงทิพย จักขุญาณที่สามารถใช้กำลังจิตได้ตั้งแต่อุปจารสมาธิ แต่ทว่าไม่สามารถจะพูดกับเทวดาหรือพรหมหรือว่าใครต่อใครได้ตามอัธยาศัย

วันนี้ขอแนะนำในการตั้งกำลังใจของท่าน คือว่าในอันดับแรก ขอให้ตั้งใจจับภาพพระ การจับภาพพระนี่ก็หนักใจอยู่นิดหนึ่ง ที่เราจะบิดบังให้มีสภาพแจ่มใสหรือไม่แจ่มใส ก็เอาแค่ว่าเราสามารถบังคับให้แจ่มใส ทั้งนี้ขึ้นอยู่กับกำลังใจจะนั่งอยู่ จะยืนอยู่ จะเดินอยู่ จะนอนอยู่ จะทำอะไรอยู่ก็ตาม เห็นภาพพระในอกมีความแจ่มใสสว่าง ถ้าเห็นเป็นแก้วธรรมดา แก้วใสหรือแก้วมัว หากว่าเป็นแก้วละก็เรียกว่าจิตนั้นเริ่มเข้าถึงฌาน ๔ ถ้าเป็นแก้วใสสะอาดจัดว่าเป็นฌาน ๔ ละเอียด

นี่พูดกันถึงด้านอารมณ์จิตที่เป็นโลกีย์วิสัย ถ้าบังเอิญจิตใจของบรรดาท่านทั้งหลายมีวิปัสสนาญาณพอสมควร สภาพความใสของแก้วทั้งภาพพระจะเป็นประกายออก ถ้าหากว่าเป็นพระอรหันต์จะเห็นเป็นดาว เป็นประกายทั้งดวงมีความสวยสดงดงามเป็นกรณีพิเศษ นี่ว่ากันถึงแบบฉบับที่พึงทำได้

ทีนี้สมมติว่าท่านทั้งหลายทำจิตได้ขนาดนี้ก็ดี หรือว่ายังทำจิตได้ไม่ถึงขนาดนี้เป็นเพียงจับภาพพระได้ทรงตัว แต่ต้องระมัดระวังหน่อยนะครับ กำหนดรู้อยู่ที่ภาพพระเป็นสำคัญ ถ้าภาพพระสดใสดีเราก็เห็นสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นดีตามภาพพระ ถ้าเราเห็นภาพพระมัว เราเห็นก็หีนมัวเหมือนกัน

ประการต่อไป ความสำคัญก็มีอยู่ว่าการทรงอารมณ์ให้คงที่ หมายความว่า การฝึกอารมณ์ให้ทรงตัว การตั้งเวลาของอารมณ์นี่มีความสำคัญมาก เมื่อจิตของท่านสามารถเห็นพระ เป็นแก้วภาพพระนะอย่าลืม ภาพพระเห็นแก้วใสมากหรือใสน้อยหรือว่าอยู่ในขั้นอุปจารสมาธิ เชื่อว่าเราเห็นอะไรได้ทุกอย่าง

ทีนี้ต่อไปนี้ก็เป็นการใช้กำลังใจตัวนี้เป็นตัวการสำคัญมากขึ้นอยู่กับกำลังความกล้าของจิตที่เราจะใช้ วิธีใช้เราใช้กันอย่างนี้ อันดับแรกเราใช้ทิพย จักขุญาณ ไอ้ความจริงทิพย จักขุญาณนี่ถ้าได้แล้วก็พยายามหมั่นใช้ให้คล่อง ถ้าหากว่านานๆใช้ก็มีสภาพเฝือ อันดับแรกลองใช้กำลังใจของเราดูก่อนเราต้องสังเกตไว้ให้ดีนะครับ ถ้าหากว่าเราใช้แบบไหนได้ผลดี ตั้งอารมณ์ไว้แบบไหนได้ผลดีละก็ใช้ตามนั้น แล้วก็จงอย่าใช้ประเภทที่เรียกว่าสุกเอาเผากินอย่างนี้เสียหายมามากมายแล้ว

สำหรับญาณ โลกีย์นี่เสียง่าย เพราะว่าก่อนที่ต้องการเห็นภาพอะไรก็ตั้งใจจับภาพพระให้ใสที่สุด ดีที่สุดเท่าที่เราพึงกระทำได้ อันนี้ก็พูดมาแล้วตั้งแต่ขั้นอุปจารสมาธิแล้วกำหนดรู้สิ่งนั้นต่อไป

ความจริงการปฏิบัติแบบนี้ดีแต่ว่ายังมี อุปาทาน อยู่มาก ยังมีการพลาดอยู่มาก ก็ขอแนะนำในเรื่องของที่จะไม่พลาดเลยทีเดียว เพราะฟังดูแล้วมันเสียเวลาถ้าเราต้องการจะใช้อำนาจ ทิพย จักขุญาณเพื่อให้เห็นสวรรค์ เห็นนรกเห็นพรหมโลก หรือเห็นว่าคนที่อยู่ในมนุษย์อยู่ที่ไหน หรือว่าเห็นสิ่งทั้งหลายใดๆที่เขาซ่อนไว้เราก็เอาใจจับภาพพระ เห็นภาพพระแจ่มใสก็นึกถามว่าสิ่งที่เราต้องการอยู่ที่ไหนเป็นอะไร อันดับแรกจะเกิดจากความรู้สึกของจิต แต่ความรู้สึกของจิตตอนนี้จะเห็นเป็นภาพขึ้นมาเลย จะมีความรู้สึกเป็นภาพ ว่าสิ่งทั้งหลายเหล่านั้นเทวดาองค์นั้น รูปร่างอย่างนั้น เทวดาองค์นี้รูปร่างอย่างนี้ หรือพรหมองค์นั้นรูปร่างอย่างนั้นอย่างนี้ ถ้าหากว่าเราสามารถทรงฝึกจิตได้นานเราก็จะพูดกับเทวดาหรือพรหมหรือท่านที่เห็น ได้ตามอัธยาศัย อันนี้ต้องหมั่นฝึก

ต่อไปถ้าเราใช้ จุตูปปาตญาณ แต่ความจริงถ้าฝึกจิตจนคล่องเดินไปเดินมาก็ใช้ตลอดเวลา วิธีใช้ความหมายว่าจับภาพเห็นพระอยู่ตลอดเวลา คือว่าตลอดเวลานี่สำหรับท่านที่ยังไม่เคยทำได้จะรู้สึกว่ามีความลำบากคิดว่าไม่ไหวแล้ว

ทำไม่ได้แล้วท่านี้ แต่ความจริงทำได้ครบ ถ้าอารมณ์คล่องจริงๆ มันไม่มีอะไรหนักเหมือนกับเราเรียนหนังสือเดิมทีเดียว ตัว ก. ตัวเดียวก็เขียนไม่ไหว ถ้าคล่องจริงจะเขียนอะไรก็ได้ แต่ก่อนต้องฝึกแบบนี้กำลังนั่งอยู่ ทำงานอยู่ พูดคุยอยู่ใช้กำลังจิตคิด ได้ทันที คือใช้กำลังจิตให้เห็นภาพพระได้และรู้ทันทีในเรื่องนี้

ต่อไปนี้ก็เป็นเรื่อง จุตูปปาตญาณ ที่สมาทานกัน จุตูปปาญาณนี่คือรู้ภาวะของคนที่ตายไปแล้วไปเกิดที่ไหนหรือว่าคนหรือสัตว์ที่มาเกิดนี่เดิมทีมาจากไหน อันนี้เป็นของไม่ยาก ถ้าคล่องใน ทิพยจักขุญาณแล้วก็ไม่มีอะไรยากเหมือนกัน จะเห็นว่านาย ก. นาย ข. นาย ค. นี่ที่เขาตายไปแล้วอย่าไปดูประวัติเขาตามที่พูดมาแล้วในวันก่อน อย่าสนใจประวัติ เราก็พยายามต้องการรู้อย่างเดียว โอหนอ...คนนี้เขาตายแล้วไปอยู่ที่ไหน เราอยากจะทราบ เมื่อทราบแล้วสมมุติว่าเราจะลองจิตของเราเองดูก็ได้ จับภาพพระให้แจ่มใสดีแล้วก็กำหนดรู้ว่าคนนี้เขาไปอยู่ที่ไหนหรือคนที่มานั่งคุยกับเรานี่เดิมทีก่อนจะเกิดมาจากไหน จิตจะมีอารมณ์บอกแล้วภาพจะปรากฏกับจิต

แต่ทว่าวิธีนี้อย่าใช้เลยครับ ถ้าขืนใช้ละก็ไม่ช้าอุปาทานกิน เราใช้จิตจับภาพพระให้แจ่มแจ้งแล้วกำหนดจิตถามภาพพระเขาเรียกว่า ภาพพุทธนิมิตชินะ ถามภาพพระ ภาพพระก็จะบอกความรู้สึกเกิดขึ้นมาในจิต จะบอกว่าคนนี้เดิมทีมาจากนั่นมาจากนี่ แต่ตอนนี้ถ้าสภาวะเป็นยังไงเราสามารถจะสอบสวนประวัติได้หรือว่าตายไปแล้วจะไปอยู่ที่ไหน อาศัยอะไรเป็นบาปเป็นกรรมสภาวะของเขาเป็นยังไง ถ้าเราเห็นภาพพระสดใสเราก็เห็นเหมือนกับเราดูหนังนั่นเอง ถ้าดูภาพยนตร์ก็เป็นภาพยนตร์พากย์ รู้ภาวการณ์ต่างๆ ได้หมด อันนี้เป็น จุตูปปาตญาณก็คือมาจากทิพย จักขุญาณ

ต่อไปนี้เป็น ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ การระลึกชาติถอยหลังพอจับภาพพระสดใสดีแล้วก็ลองกำหนดจิตคิดว่า ชาติก่อนที่เราจะมาเกิดนี้ชาติที่ ๑ เราเป็นอะไร ถ้าภาพนั้นปรากฏเราก็พิจารณาดูว่าภาพที่ปรากฏนั่นน่ะมีอะไรใครเป็นพ่อ ใครเป็นแม่ รูปร่างหน้าตาของเราเป็นอย่างไร ใครเป็นสามีภรรยามีบุตรธิดาเท่าไหร่ ลองใช้กำลังของจิตแต่ทว่าผมว่าทิ้งเสียดีกว่า นี่ผมว่าตามแบบนะ

ถ้าตามวิธีปฏิบัติถ้าหากว่า ตามแบบฉบับนี่ก็เหนื่อยเกือบตาย ถอยหลังไปทีละชาติๆ มันก็ไปได้แต่ไปแบบช้าๆ ถ้าหากว่าใช้วิธีลัดใช้อารมณ์จนคล่องและก็ต้องการอยากจะรู้ว่าเราเกิดมานี่เกิดมาแล้วกี่ชาติ เป็นคนหรือว่าเกิดเป็นสัตว์กี่ชาติ เกิดเป็นสัตว์นรกเป็นเทวดาเป็นพรหมกี่ชาติ ภาพพระเลยอย่างนี้ง่ายกว่า

แต่วิธีที่ผมเล่นมาเล่นแบบนี้ เมื่อก่อนนี้ก็ถอยหลังไปทีละชาติๆ เหมือนกัน มันเหนื่อยแทบตาย ดูเหมือนว่าผมลองเล่นถอยหลังอยู่ประมาณ ๗ ชาติ ไอ้ ๗ ชาตินะเป็นไปด้วยความฝืด ต่อมาก็เอาใหม่ ไม่เอาล่ะ เดินไปถ้าเห็นคนเขายากจนเข็ญใจ นึกจิตจับภาพพระนึกถามเลย ว่าเคยเกิดเป็นคนจนลำบากอย่างนี้มาแล้วกี่ชาติ ก็จะปรากฏว่ามีความรู้สึกขึ้นมาในใจเหมือนกับพระท่านตอบมาเท่านั้น ชาติแต่ละชาติเป็นยังไง ความรู้สึกมันจะเห็นภาพแต่ละภาพแต่ละชาติที่เรามีความลำบากหรือมีความสบายอยู่ในฐานะเช่นนั้น ต้องการรู้ใครที่เป็นสามี ภรรยา บิดา มารดา นั้นก็ปรากฏนี่สบายดี ผมก็เล่นอย่างนี้ต่อไปถ้าผมเห็นสัตว์เดรัจฉานเป็นสุนัขก็ดี เป็นวัวก็ดี ช้าง ม้า ไม่ว่าอะไรทั้งหมด

ผมชอบซนๆ ก็นึกดู เอ๊ะ! นี่เราเคยเป็นสัตว์เช่นนี้บ้างหรือเปล่า ก่อนจะรู้พอนึกปั๊บ จิตมันก็จับภาพพระทันทีเพราะมันคล่อง ต้องเล่นให้คล่อง ได้ภาพที่เราเคยเกิดเป็นสัตว์ประเภทนี้มันจะโผล่ขึ้นมาหน้าสลอน นี่หมายความว่าไอ้หน้าสลอนน่ะ แต่ละหน้าน่ะหนึ่งชาติ ถ้าสิบชาติมันก็มีสิบหน้า ร้อยชาติมันก็ร้อยหน้า ถ้าท่านทั้งหลายจะถามว่านับไหวหรือเปล่าก็ต้องบอกว่าเวลานั้นสภาพของจิตเป็นทิพย์ไม่ต้องไปนั่งนับหรอก พึ้บมาก็รู้ รู้ประมาณจำนวนทันทีถ้าต้องการรู้ว่าเป็นเทวดาหรือพรหมมีสภาวะเช่นไร ก็ทำอย่างงั้นแหละ อย่างนี้เป็นวิธีที่ง่ายดีและก็แม่นยำ คือนึกถึงพระพุทธเจ้าเป็นสำคัญ

สำหรับ เจโตปริยญาณ ผมอยากให้ท่านคล่องตรงนี้ เจโตปริยญาณนี่ท่านบอกว่า สามารถรู้วาระน้ำจิตของคนอื่น หรือว่าวาระน้ำจิตของเรา เนื้อแท้จริงๆเราต้องการรู้วาระจิตของเราเป็นสำคัญ คืออารมณ์จิต ดูใจของเราว่าสภาพใจของเราว่าผ่องใสหรือไม่ผ่องใส สีของจิตมี ๖ อย่างแต่เอาอย่างโดยย่อมี ๓ อย่างพอนี่เป็นแนวปฏิบัติเรื่องจิตของเรานี่จะต้องฝึกอยู่ดูทุกวัน ถ้าฝึกดูจิตของเราทุกวัน ตื่นมาเช้ามืดทำใจให้สบายแล้วดูใจน่ะต้องพยายาม

ถ้าใจมีสีแดง แสดงว่าเรามีความดีใจในวัตถุ หรือว่าอารมณ์ที่เป็นโลกีย์วิสัย

ถ้าใจมีสีมัวหรือสีดำ หมายถึงว่าความวุ่นวายของจิตใจ

ถ้าใจเป็นสีแก้ว หมายความว่าวันนั้นจิตโปร่งจากกิเลส

การดูจิตนี่มีความสำคัญมาก ดูของเราอย่าไปดูของเขา เรื่องดูของเขามันดูง่าย ดูของเรามันดูยาก พยายามซักซ้อมการดูจิตให้คล่อง แล้วพยายามไล่สีให้หมด ถ้าจิตมันมีสีแดงก็นึกว่าเรามีความดีใจเพราะเหตุผลอะไรเป็นสำคัญพอรู้เหตุก็ขับไล่เหตุนั้นไปถือว่าไม่เป็นสาระไม่เป็นแก่นสาร

ถ้าจิตมันมีสีมัว ก็นึกถึงว่าอารมณ์เรามันมัวเพราะอะไร พอรู้แล้วก็ขับมันไป ถือว่าทุกอย่างในโลกมันเป็นของธรรมดา ทำไมจะต้องมาดีใจ ทำไมจะต้องมาเสียใจกับเรื่องโลกีย์วิสัย สิ่งใดที่มันกระทบกระทั่งใจก็ผ่านไปแล้ว นั่นมันเป็นอดีตและสิ่งที่ยังไม่มาถึงมันเป็นอนาคต ปัจจุบันนี่เราต้องมีอารมณ์แจ่มใสอยู่เสมอ อารมณ์จะทรงตัว จิตจะต้องเป็นแก้วตลอดเวลา ถ้าจิตของเราเป็นแก้วธรรมดาแสดงว่าจิตของเราอยู่ในขั้นญาณโลกีย์

อันนี้มันรวดเร็วเกินไปครับ วิธีนี้การปฏิบัติเร็วมาก การเข้าเป็นพระอริยเจ้าก็เร็วแต่ว่ายังสู้มโนมยิทธิเขาไม่ได้นะ มันไกลกันมาก ความว่องไวไกลมาก ต้องใช้เหนื่อยมาก มโนมยิทธิปฏิบัติ จิตจนชินกับพระนิพพานเป็นพระอริยะเจ้าเร็วง่ายมาก

ทีหลังเราต้องการที่จะทำจิตของเราให้เข้าถึง โลกุตตรฌาน คือเป็นพระอริยะเจ้า การศึกษาตอนนี้ก็ศึกษากับพระนั่นเองแหละ ไม่ต้องนั่งอ่านตำราให้มันลำบาก วันทั้งวันจิตใจจับพระไว้เป็นปกติแล้วศึกษากับท่านว่าทำยังไงเราจึงจะเป็นพระโสดาบัน ภาพพระนิมิตก็บอกเอง แล้วจะทำยังไงจะเป็นสกิทาคามี อนาคามี อรหันต์

อันดับแรก ถ้ากำลังจิตของเรายังอ่อน จับอารมณ์พระโสดาบันก่อน ถามท่านหรือว่าเรารู้แบบฉบับแล้วก็ศึกษากับท่านโดยจุดที่ว่ายังอ่อน ว่าเวลานี้จิตของเราอ่อนจุดไหนจะแก้ไขจุดไหน พระจะบอกเองว่าจงแก้จุดนั้นจุดนี้แล้วเราก็แก้ แก้ด้วยความตั้งใจจริง ถ้าควบคุมจิตอยู่อย่างนี้ ๒-๓ วันเท่านั้นแหละ

อารมณ์จิตจะเป็นประกายแพรวพราวออกมา ถ้าเป็นพระโสดาบันก็จะเป็นประกายโดยรอบประมาณสัก ๑ ใน ๔ ถ้าจิตเราเริ่มเป็นวิปัสสนาญาณเข้าใจใจเริ่มเป็นวิปัสสนาญาณ จิตโดยรอบจะเป็นประกายเล็กน้อย คือวงรอบ ๆ ของจิต

ต่อไปเราก็ศึกษาข้ามชั้นไปเลย อย่างน้อยที่สุดเราก็ต้องการพระอนาคามี พระอนาคามีนี่เราก็รู้แล้วว่าต้องตัด กามฉันทะ กับ ปฏิฆะคือ ความหลงรักรูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ความโกรธ ความพยาบาท ความไม่พอใจไม่ดีเขี่ยทิ้งออกจากจิตใจให้หมด

และถ้าใจเราขัดข้องทั้ง ๒ อย่าง ท่านก็จะแนะจุดตัดทั้ง ๒ อย่าง แล้วก็ปฏิบัติตามท่าน โดยการควบคุมอารมณ์จิตของเราไว้เป็นปกติ จิตมันใสขึ้นมาเป็นประกายแพรวพราว จนกระทั่งรู้สึกว่ามีแกนสีแดง หรือว่ามีแกนสีขาวนิดหน่อย

ตอนนี้อารมณ์ใน กามฉันทะ ความต้องการทางเพศ หรือ ปฏิฆะ การกระทบกระทั่งในจิตจะไม่มี ถ้าตอนนี้ถึงอนาคามีนี้ต้องลองนะ ลองดู...สิ่งไหนที่เราเห็นว่าสวย เราเคยเห็นว่าสวย เราไปทดสอบอาการอย่างนั้น ให้ไปพบจุดนั้น ๆ เมื่อเห็นเข้าแล้ว เห็นมันเกิดความสะอิดสะเอียนในร่างกายของคน ๆ นั้นและวัตถุนั้น ๆ ว่าเนื้อแท้จริง ๆ มันไม่มีอะไรสวย มันเป็นของน่าเกลียด โสโครกจนอารมณ์ชิน แล้วก็ดูใจของเราทุกวัน วันทั้งวันน่ะมันดูมันเรื่อยไปใจมันจะไม่เปลี่ยนแปลง มันจะไม่เศร้าหมองลงไป ใจจะใสสะอาดเป็นประกายมีแกนเล็กน้อย อย่างนี้ชื่อว่าทรงความเป็นอนาคามี

ทีนี้ถ้าเราจะปฏิบัติในขั้นอรหัตตผล อรหัตตผลนี่มีสังโยชน์อยู่ ๕ คือ

๑. รูปราคะ ติดในรูปฌาน - คือ ติดร่างกาย

๒. อรูปราคะ ติดอยู่ในอรูปฌาน - คือติดในเวทนา สังขาร วิญญาณ สัญญา

๓. มานะ ติดในความถือตัวถือตน

๔. อุทธัจจะ อารมณ์ฟุ้งซ่านไร้สาระ

๕. อวิชชา ติด ฉันทะ กับ ราคะ คือพอในในโลกนี้ เทวโลก และพรหมโลก

แล้วก็ถามพระว่าจะตัดจุดไหนมันถึงจะเร็ว ท่านก็จะบอก บอกแล้วก็ตัดจุดนั้น ถ้าเราตั้งใจจริงนี่สภาพแบบนี้ สามารถจะตัดอารมณ์ตามที่ท่านบอกได้ภายใน ๗ วัน หรือ ๑๔ วัน นี่นะครับการฝึกทิพยจักขุญาณมีประโยชน์อย่างนี้

นี่รู้จิตของเรา ไม่ต้องการไปรู้จิตของคนอื่น เรื่องจิตของคนอื่นอย่าไปยุ่งเขาจะดีจะเลวมันเป็นเรื่องของเขา เรื่องตัวของเราสำคัญ เมื่อเราสามารถชำระจิตของเราได้ จับจิตของเราได้แล้ว เรื่องจิตคนอื่นมันง่ายกว่าจิตของเรา เพียงเขาบอกชื่อคนนั้นคนนี้มา ถ้าเราต้องการจะรู้ว่าคนนี้อยู่ในระดับไหนจะเห็นจิตทันที ขุ่นหรือใสเป็นประกายหรือเปล่า จะรู้สภาวการณ์ปรากฏของเขาว่าเวลานี้เขาทรงธรรมอยู่ในขั้นไหน หรือว่ากำลังใจของเขาเป็นสัตว์นรก นี่เรารู้ได้

ต่อไปก็เห็นเรื่องของ อตีตังสญาณ อนาคตังญาณ ปัจจุบันนังสญาณ นี่เป็นเรื่องเล็ก ๆ ครับ

อตีตังสญาณ รู้เรื่องราวในอดีตของคน ว่าคนและสัตว์นี่เมื่อก่อนเขาเป็นอะไรสมัยเด็กเขารวยเขาจนเขาดีหรือเขาเลว อันนี้เรื่องเล็ก ๆ ผมไม่อธิบาย อนาคตังสญาณ รู้ต่อไปข้างหน้าว่าเราจะมีสภาวะเป็นอย่างไร

ปัจจุบันตังสญาณ เวลานี้เขาดีและเลว อันนี้ไม่ยาก ถ้ารู้ใจของเราแล้วก็รู้ใจของเขา แล้วก็รู้สภาวะที่ผ่านมา แต่ว่าเรื่องหยาบ ๆทางโลก อย่าต้องการรู้นะครับ มันไม่ใช่วิสัย รู้แล้วความดีจะเสีย

ต่อไปก็เป็น ยถากัมมุตาญาณ ความจริงเรื่องนี้มันรู้พร้อมกันทีเดียว แต่ผมอธิบายเป็นขั้น ๆ ตามแบบยถากัมมุตาญาณ เห็นคนที่เขามีความลำบาก โดยละเอียดอันนี้เราก็จะได้รู้ว่าลำบาก ความทุกข์ความยากที่เขามีอยู่ในปัจจุบัน เพราะโทษ ทัณฑ์ แห่งความชั่วอะไรเป็นสำคัญที่เขาสร้างไว้ในชาติก่อน หรือว่าชาติปัจจุบัน ที่เขามีความสุขมีความร่ำรวย มีความรื่นเริง เพราะอาศัยอะไรเป็นสำคัญ

นี่ดูของเขานะ แต่ของเขาน่ะอย่าดูให้มันมากนัก ดูของเราดีกว่า ดูของเราว่าอยู่ดี ๆ นี่ชาวบ้านเขามาด่าอาศัยกรรมอะไรเป็นปัจจัย คิดว่าเราชาติก่อนน่ะเราไม่เคยทำกับเขา ชาตินี้เราก็ไม่เคยทำกับเขา ให้เขาได้รับความสะเทือนใจ

แต่ว่าเขามาด่าเรามันอาจจะเป็นกรรมของเขาก็ได้ เมื่อเขาอยู่ดี ๆ กรรมที่เป็นอกุศล เขามาด่าเราลงนรกโก้ๆ

คนทุกข์ที่มีอกุศลกรรมที่เข้ามาบังใจนี่ ที่พระพุทธเจ้าท่านเรียกว่า ปทปรมะเช่นเดียวกับ พระเทวทัต อันนี้มองความดีไม่เห็น แต่ความชั่วอย่างเดียว มีสภาพที่แก้ไขไม่ได้ ในเมื่อเราคอยจับอารมณ์ของเรามันว่าสุขมันทุกข์เพราะอะไร แต่ความสุขความทุกข์จะเกิดขึ้นก็ถือว่าเป็นเรื่องธรรมดา ถ้าไอ้ตัวธรรมดาเข้ามาได้นี่ท่าน อรหันต์ก็เข้ามาถึง

รับคำด่าเฉย ๆ ถือว่าเราดีนี่เขาด่าทำไม เราไม่มีโทษทัณฑ์ เอ้า เราถูกด่า เป็นความชั่วของเขา ช่างเรา ต่อมามีใครเขาชม ไอ้คำชมนี่ คำชมมันก็เฉย ในเมื่อมันไม่เป็นแก่นสาร จับใจของเราให้สะอาดอยู่ตลอดเวลา

นี่ความจริงไม่น่าจะจบวันนี้ แต่ก็ขอจบแล้วก็ใช้การพิจารณาแบบนี้ก็สำคัญ

รวมความว่าเราเรียน ทิพยจักขุญาณเพื่อรู้ว่าวาระน้ำจิตของคน ไอ้เรื่องวาระน้ำจิตของบุคคลอื่นนี่มีความไม่สำคัญ สำคัญอยู่ว่า วันทั้งวันต้องดูกระแสใจของเราตลอดเวลา

หากท่านจะถามว่าดูได้ยังไง ผมก็ต้องตอบว่าไม่ยาก ถ้าอยากจะรู้เมื่อไรเห็นใจเมื่อนั้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งจับภาพพระเสียก่อน ถ้าถึงเวลาคล่อง จริง ๆ นะครับ การจับภาพพระและจับภาพกระแสจิต แว้บเดียวมันได้ทันที

นี่แหละการฝึกวิชชาสาม มันก็อยู่กันแค่นี้ ผมกล่าวโดยย่อนะเพื่อเป็นบรรทัดฐาน หากว่าบรรดาพวกท่านปฏิบัติได้ ก็จะรู้ว่าที่กล่าวมานี้ไม่มีอะไรยากเลยและก็เป็นการทำให้เราเข้าถึงความเป็นพระอริยเจ้าได้โดยง่าย ซึ่งคล่องกว่าสุกขวิปัสสโกมาก

สำหรับวันนี้ก็หมดเวลาเสียแล้ว ขอยุติไว้เพียงเท่านั้น ต่อไปนี้ขอท่านตั้งกายให้ตรง ดำรงจิตให้มั่น กำหนดรู้ลมหายใจเข้าหายใจออก ใช้คำภาวนาและพิจารณาตามอัธยาศัย จนกว่าจะถึงเวลาที่ท่านเห็นว่าสมควร สวัสดี

ธรรมประทานพร

พระคุณเจ้าหลวงปู่เทพโลกอุดรเมตตามาสอนที่หุบผาแดง

โดยสงกรานต์ สมบูรณ์ศฤงค์

วนัญญา หมายถึง กายวิเวกจิตวิเวก ผู้อยู่ป่าจนเกิดปัญญาฆ่ากิเลส
พระพุทธเจ้าเวสสภูทรงเรียกลูกว่า **วนัญญา**
พระมหาโพธิสัตว์กวนอิม ทรงเรียกลูกว่า **มุ่ยฮง**
หลวงปู่เทพโลกอุดร เรียกลูกว่า บัวบานสะท้านโลก **บัวบานสราญจิต**
วนัญญาผู้มีป่าเป็นเรือนใจ ธัมมาภิสมัยฝึกใจมีปัญญา ปฏิบัติบูชาดุจมหานารี จิตตั้งมั่น ฉัพพรรณรังสี สดุดีอมตะชนะมาร

โลกนี้คนแสวงหาอิสระภาพทางกาย ให้กายได้อยู่ดีกินดี เป็นอิสระแก่ตัว แต่จิตใจนั้นตกเป็นทาสของร่างกายซึ่งมีความอยากได้ อยากดี อยากเด่น อยากร่ำรวยตลอดเวลา

อันว่าธรรมชาติธาตุอิสระคือ พระนิพพาน ซึ่งมีอยู่ทั่วไปซึ่งคน สัตว์ ควรจะไขว่คว้าแสวงหามาเพื่อให้จิตใจเป็นอิสระภาพ ไม่ต้องตกเป็นทาสร่างกายอีกต่อไป การแสวงหาอิสระภาพให้แก่จิต ไม่ต้องลงทุนทั้งชีวิตให้หมดเปลืองงบประมาณ ไม่ต้องยุ่งยากออกนอกบ้านไปหาที่ไหน อยู่ในจิตในใจนี่เอง เพียงแต่ประกาศอิสระภาพให้จิตเป็นเอกราชไม่ขึ้นต่อร่างกายขันธ์ 5 เรา ขันธ์ 5 เขา ซึ่งเป็นหัวหน้าของกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา อกุศลกรรม การชนะร่างกายเราเขาเป็นการเข้าถึงโลกุตตรธรรม ธรรมะอยู่เหนือโลก เหนือการเวียนว่ายตายเกิด

ฉะอ้อนวอนใด หนอใจของเรา
คือ ความโง่เขลา ดับเสียเถิดเอย
คือความอ่อนแอ จงทำวางเฉย
มันเอื้อนมันเอ่ย อย่าได้ใส่ใจ
ธรรมเกิดแต่เหตุ สังเกตุจิตตน
ทำความหลุดพ้น อย่าคิดสิ่งใด
เกิดมาก็ดับ ระงับลงไป

รู้ละเสียได้ ย่อมไม่ติดอยู่
ดูภาพที่เกิด เหมือนเปิดหนังฉาย
ทะเลคลื่นร้าย น้ำกระจายแตกฟอง
มีเรือเดินสมุทร ลมฉุดโหมต้อง
เรือล่มน้ำนอง คนตกคนตาย
ฉลามจระเข้ วิ่งเร่เข้ามา
กินเป็นภักษา ศพคนทั้งหลาย
ธาราเลวโหด ชั่วโฉดเหลือร้าย
ทรงอธิบาย ห้วงน้ำกันดาร
สัตว์เที่ยวตายเกิด กำเนิดโลกสาม
เพราะหลงบ่วงกาม วัฏฏสงสาร
เป็นเหยื่อโลกมาร ไม่แจ้งนิพพาน
กามจึงประหาร อย่างไม่ปรานี
คนเป็นเหยื่อสัตว์ เปรียบชัดสอนว่า
เป็นเหยื่อเต่าปลา เป็นเหยื่อโลกีย์
ประมาทมัวเมา จึงเศร้าเหลือดี
โลกเป็นเช่นนี้ เพราะหลงรอยมาร
กามจึงให้โทษ โลกจึงโหดและเหยียดหยาม
เรียกว่าโทษของกาม คือห้วงน้ำมหาภัย
กามอีกนัยหนึ่ง คือกามซึ่งกิเลสใหญ่
พ่อแม่ ทำกามไว้ ลูกก็ได้เกิดจากกาม
ท่านได้ให้เราเกิด เราทูนเทิดไม่หักหาม
มิใช่ชั่วสามานย์ แต่หลักการเราต้องตาม
ตามรอยพระพุทธเจ้า โลกนั้นเล่ามิได้ห้าม
แต่ต้องดู รูป นาม ให้เข็ดขามไม่เวียนวน

3 ปี 8 คาถาอันเนื่องมาจากผาแดง พระคาถาที่พระคุณเจ้าหลวงปู่เทพโลก อุดรให้ เมื่อเราได้อสุภะ

หลวงปู่เกรงลูกจะมีความเหงา หลวงปู่ผู้จำรูญสอนเพิ่มพูนให้ขัดเกลา สอนเรื่องพระพุทธเจ้า ด้วย **(1) โส-เส-สิ-สุ-มัง** ลูกได้ฟังยังชื่นฉ่ำ หลวงปู่ให้ทวนคำ ลูกยังขำไม่รับเอา พอรู้สรรพคุณ ความว้าวุ่นจดไว้เข้า หลวงปู่ขัดคอเรา หากจะเอามึงต้องท่อง มึงท่องให้กูฟังก่อน อย่าใจร้อนทำไวว่อง ขอ 5 คำจึงสมปอง หลวงปู่ป้องโปรดประทานอธิบาย

โส-เส-สิ-สุ-มัง ฉันได้ฟังเขียนไว้อ่าน

นะโม 3 จบการ **จารสุขใจ**ปานเปรียบไม่มี

โส คือ อิติปิโส หมายถึง พระพุทธคุณ 56

เส คือ มงกุฎพระพุทธเจ้า (อิติปิโสเรือนเตี้ย)

สิ คือ มงคลจักรวาลใหญ่

สุ คือ สุปฏิปันโนและสุนักขัตตังฯ ในมหากรุณิโกนาโถ

มัง คือ มงคล 38 ประการ

หลวงปู่ประทานให้ จะจำไว้เป็นมิ่งขวัญ โส-เส-สิ-สุ-มัง เป็นรางวัลป้องกันภัย

ใช้ป้องกันอันตรายหลายทวีป ใช้พูดจีบขายของคล่องหนักหนา
ศัตรูร้ายจู่โจมโรมบีฑา ภาวนาความร้ายหายสิ้นเอย
จะไปไหนมาไหนใช้ตรองตรึก สารพัดนึกเป็น ได้ดังเฉลย
อยู่ว่างว่างภาวนาพาเสบย สุดจะเผยคุณอนันต์สุขสันต์จริง

พระพุทธคุณบทที่ 2 ที่หลวงปู่ให้ลูก

สี-เส-สิ-สุ-มัง

สี คือ ชื่อของ พระอสีตมหาสาวกประทับถ้ำ

บทนี้เคยสวดเฉพาะกาล ปาฏิหาริย์คนมาช่วยกิจ
ทั้งสัตว์น่ารักตัวน้อยนิด กระจิดริดเด็กน้อยใหญ่ก็ไหลมา

(3) อิติ ติอิ เรียก 2 ชื่อ ลูกกรุงคือ ปิดหน้าปิดหลัง ลูกกรุงก็น่าฟัง เป็นมนต์ขลัง ได้เป็นใหญ่ในโลกา เอ็งอยากเป็นใหญ่ไหม? กลอกหน้าไว้ลูก กลัวโศก อยากรวยอยากมีโชค ยกมือโบกไม่อยากลอง ถ้ารวยด้วยอำนาจบุญ

มาเกื้อหนุนลูกเอาอยู่ ถ้ามาจากทุกข์พรั่งพรู ลูกขออยู่อย่างจนจน เป็นใหญ่กว่าใครเขา ลูกไม่เอาไร้มรรคผล ถ้าใหญ่บังคับตน ลูกจำนนลูกพอใจ

หลวงปู่ทรงบอกว่าเป็นใหญ่ ไกลกิเลส ทำตามเหตุพระธรรมไข อสุภะชะล้างให้ ตัวอย่างได้ทำให้ดู หากทำกายให้กระจายกลายเป็นผง สมประสงค์จักเลิศหรู สับฟันฆ่าตัวกู อิติ ติอิ รู้เป็นมหัศจรรย์

ที่ว่า ปิดหน้าหลัง เป็นมนต์ขลังสุดเสกสรรค์เคยใช้กราบพระพลัน ในบัดนั้นประจักษ์ใจ คุณานุภาพตามตรงส่งผลเน้น ได้พบเห็นเป็นยิ่งใหญ่ เป็นของจากป่าดงพงไพร ประทับใจมุ่งมั่นอัญชลี

เสียงกระซิบมาเป็นคาถาบอกข้าพลัน ไม่สนอะไรทั้งนั้น เราโมหันต์ทำเฉยไป เสียงด่าอย่างปวดร้าว ว่าโง่เง่ามีที่ไหน มาให้ไม่ใส่ใจ คนจัญไรน่าตบตี ขู่แล้วก็ปลอบ เราไม่ชอบจึงก่อไฟ เผาขยะไหม้เฉยเฉยไว้อยู่ในที เสียงกรอกหูเรื่อยเรื่อย ทั้งแจ้วเจื้อยหวานเสียนี่ พุทโธก็พอดี ไม่อยากมีคาถาเยอะ ไม่เอาก็ดีอีก 3 ราตรีมึงจะปวดฟัน เราทำหัวสั่น ไม่ไหวหวั่นช่างมันเถอะ

คนอื่นเขาเสาะหา แต่มึงหนายหงำเหงอะ น้ำหน้าคนโง่เซอะ ทำเดิดเดอะเจอะจองหอง ด่าแล้วท่านหายไป เราก่อไฟตามปกติ ไม่ตามติด ลืมสิ้นเรื่องเริ่มริ ไม่ดำรินำมาตรองลืมเรื่องเสียสนิทไม่ตามติดไม่เกี่ยวข้องต่อมาปวดฟันต้อง เจ็บจนหมองดังทำนาย จู่จู่ก็ปวดเหงือก ยิ่งยวดเหลือร้าย นึกถึงคำทำนายที่เป็นความจริง น้อมนึกถึงพระคาถา ปวดเจ็บกายาแทบบ้าแทบบิ่น ท่องมนต์ที่เจ็บนิ่ง หายปลิดทิ้ง สาธุ ลูกขอขมา

หายปวดปลดปลิด	พิชิตโรคา
สาธุ เจ้าข้า	หลวงปู่แสนดี
แต่บัดนั้นมา	สวดบูชาทุกราตรี
บูชาพระชินศรี	สดุดีพระธรรมทอง
ปวดฟันนี้ปีสามหนึ่ง	ต่อมาซึ่งปีสามสาม
วัดร้างห้วยทรายคำ	ปวดชีช้ำเป็นก่ายกอง
พ่อหนานแก้วมูล	ผู้อาดูรปวดสุดป้อง
เราเอาให้ท่อง	หายได้คล่องในบัดดล

พิชิตโรคา ชื่อ คาถาพระเขี้ยวแก้ว

จุฬามณีเพริดแพร้ว บูชาแล้วดับทุกข์ทน

(4) ทัน-ตัง-อะ-มะ-ณัง-สะ-ระ-ณัง-คัจ-ฉา-มิ

ปิดวงจร คือ ปิดบาป ฤทธิ์บุญปราบบาปอย่าใกล้ ปิดวง ปิดเวรภัย มิให้ไล่ติดตามเรา

(5) โส-สัง-ณัง-จะ-รา-มิ (ปิดวงจรบาป)

(6) โส- สัง-มัง-คะ-ลา-นิ (พรชีวิตสุขสบาย)

(7) สุ-ริ-ชิ-นะ-ธัม-มะ-บริสุทธิ์ (หลวงปู่ปานสอน)

(8) สัต- ตะ-วี-สะติ-กัน-ทะ-ระ-ปา-ลา (หลวงพ่อฤาษีสอนจากดอยหนอก พะเยา)

ธรรมะชนะอธรรม ดับความชอกช้ำ ดับความระกำชีวี ดับสิ้นวัฏฏสงสาร ดับความร้าวรานฤดี ดับความย่ำยี ไม่มีตัวตน

หลากหลาย ไฟกิเลส อย่าเลยละ เอาธรรมะชนะอธรรมหลั่งล้น ดวงใจห่างไกลวกวน พาจิตดิ่งพ้นมุ่งตรงพระนิพพาน

ใต้พิภพจบบาดาล พระนิพพานยังส่องใจ อยู่แห่งหน ไหนใจเป็นสุข เพราะห่างทุกข์และบ่วงมาร ใจสะอาดปราศสังขาร(ความคิดปรุงแต่ง) พิชิตมารตลอดไป ใจสุกใสใจสว่าง นั่นแหละทางพระนิพพาน

นิพพานเบิกบานแท้ ไม่เกิด แก่ เจ็บ ตายไป นิพพานหมดอาลัย ไม่เยื่อใยในโลกา นิพพาน นิพพาน นิพพาน เบิกบานใจ บอกไปใครจะรู้ ผู้ทำอยู่รู้ดีกว่าใคร

ตายแล้วเกิดตายแล้วเกิด ไม่ประเสริฐเลิศเลยหนา สัญญาอย่าได้จำ ไม่ชอกช้ำ ฝันสลาย แดนนี้มีพระธรรมให้ดื่มด่ำแทนชอกช้ำ แดน โลกีย์

โลกีย์สุข คลุกด้วยหอกหนาม เหมือนไฟลามช้ำสุดที่ ชีวิตนี้อย่าให้สูญสิ้นความดี รีบเร่งสร้างบารมีสู่แดนที่เป็นหลักใจ พระนิพพานอยู่ไม่ไกล หากมีจิตจริงใจในพระรัตนตรัย

ทำบุญเถิดหนอ ขอเข้านิพพาน ให้ดวงมาน สู่แดนอมตะสุขี ไม่มีทุกข์กล้ำกราย สิ้นความเลวร้าย สิ้นภัยอันตราย สิ้นทั้งอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

อมตะจุดนี้ชี้วิมุติ ประเสริฐสุดยิ่งล้ำคำเฉลย
ชนะโลก ชนะจิต ปิดสังเวย นิพพานเฉยนำจิตปิดอบาย

มัวเมาอะไร ทำจิตสดใส จะได้ไปนิพพาน มัวห่วงเวียนวนสงสาร ตกทุกข์ยากนาน ไม่ถึงฝั่งนิพพานเลย ดูบุคคลที่แก่ตายไป ทำเหตุไฉนหลุดพ้น ไม่ได้เพราะมีสังเวย เอาจิต รูป นาม มาทำเฉยเมย พุทโธ่เอ๋ย มิควรทำเลย ไปไม่พ้นบ่วงเวียนว่าย มัวแต่เกิดตาย ฝังรอยเรื้อรัง

ถ้ามุ่งนิพพาน ทำจิตเบิกบาน ไม่ติดบ่วงมาร ขุดเหง้าจริงจัง อย่าได้เหลียวหลัง รักๆ ชัง ๆ อย่าได้ใส่ใจ ทำจิตเฉยๆ อย่าได้ละเลย ภาระของใคร ปล่อยวางเอาไว้ อย่าได้เชื่องช้า ไม่หลงภาพโลกมายา ว่าศิวิไลซ์ ทางตรงท่านเตือนว่าอย่าแชเชือน เหมือนดังคนทั่วไป หักจิตห้ามใจ ตัดรักตัดหลง มุ่งตรงนิพพาน

หลวงพ่อพระราชพรหมยานท่านสอนไว้ว่า

นายขมังธนูแม้จะแผลงธนูไปรวดเร็ว ก็ยังไม่เร็วเท่าวันคืนที่ล่วงไป ชีวิตเราล่วงลับไป ไม่ทำจิตดีเข้าไว้ ไฉนจะได้พบพระนิพพาน

ที่สุดหลุดพ้นแล้ว หากมี
ที่สุดอย่ารอรี เนิ่นช้า
ที่สุดหลุดหลีกหนี ชั่วนิรันดร
ที่สุด ไม่หันหน้า เข็ดแล้วโลกสาม
ทุนนี้ไว้ก่อสร้าง ร้างกาม
ทุนนี้จงงดงาม อย่าร้าง
ทุนนี้ไว้เหยียดหยาม จิตชั่วของตน
ทุนนี้ไว้เอ่ยอ้าง เยาะเย้ยมารใจ
ได้ดีเพราะพระพุทธเจ้า ทุกๆพระองค์
ได้ดีเพราะเผ่าพงษ์ ตรัยรัตน์
ได้ดีเพราะวรวงค์ สิ่งศักดิ์สิทธิ์
หาใช่เราเคร่งครัด ได้ดีนี้เพราะธรรม
จักไม่ผยองว่าเราทำได้ กว่าใคร
จักไม่ผยองยึดใน ตบะนี้

จักไม่ผยองจ้องสงสัย ผู้อื่น
จักไม่ผยองทุกที ทำเพื่อบูชา
ความเพียรครั้งแรก จำแนกตามแผน
คำสอนจากแดน หลวงพ่อหลวงปู่
ท่านพ่อฤาษีสอนลูก หลวงปู่ดุจครู
ฝึกหัดต่อสู้ วันนี้มีมา
คร่ำเคร่งกรรมฐาน ฝึกงานเต็มที่
จ้องดูหน้าที่ ไม่มีมายา
กายในใสซื่อ ไม่ดื้ออุเบกขา
ไม่มีมายา ดั่งกายนอกเรา
กายนอกกลอกกลิ้ง ไม่นิ่งอยู่เปล่า
แถมยังมึนเมา ไม่น่าเอาเป็นตัวตน

จากผาแดงมาทั้งยังรัก สุดจะหักใจหายไม่วายถวิล ไม่อยากจากต้องจำลา น้ำตาริน ดวงชีวินปวดร้าวผ่าวดวงใจ เทพให้พรวอนในบุญ อบอุ่นนัก เทพชวนชักให้อยู่ก่อนด่วนจรไฉน แต่ข้านี้มีกรรม ต้องจำไกล ดวงหทัยทุกข์ระทม ตรมวิญญาเหมือนขาดญาติกันหนอ หวิวใจคอเสียดาย อยู่หุบผาเคยสั่งสม อบรมบ่มปัญญา อนิจจาลาร้างช่างไม่เที่ยง ไตรลักษณ์ ประจักษ์แจ้ง ทุกข์แสดงไม่เบนเบี่ยง เคยมาพักจำเรียง วันนี้เพียงชีพสลายเสียดายเอย

กรรมเราแผดเผาสุดเอ่ย ไม่เหมือนเคยชอกช้ำจำใจลา ลาสิ่งศักดิ์สิทธิ์คิดปกป้อง ลาสิ่งคุ้มครองชีวิตไปก่อนหนา ลาพระพุทธรูป กลิ่นธูปเคยบูชา ลาหน้าผาศาลาป่าไม้ปัง ลาก้อนกรวดดินทรายได้เหยียบย่ำ ลาสายน้ำไหลเย็นเป็นความหลัง ลากุฏิน้อย กองไฟ หอระฆัง 15 ครั้ง ข้ามาได้พระธรรม

ราวป่า ราวไพรในดงเถื่อน มีงำเงื่อนผูกไว้ใบ้ปริศนา ดูเอาเถิดจอมขวัญ **วนัญญา** จะรอช้าอะไรซีกโลกกลม หมุนไปมาเช่นนี้ตาปีชาติ ไม่อนาถบ้างหรือคือโลกขม โลกร้ายร้อนเทียวทนได้ใจโสมม ดับอาจมจากจิตพินิจธรรม มาเกิดบ่อยทุกข์บ่อยน้อยที่ไหน จิตหวั่นไหวเพียรว่าบ้าระห่ำ เมื่อไรจะพอทีหนีเวรกรรม ปฏิบัติธรรมหมดทุกข์สุขใจจริง

ตอบปัญหาธรรม

โดยพระคุณเจ้าหลวงพ่อท่านพระราชพรหมยาน วัดท่าซุง จังหวัดอุทัยธานี

1. การสร้างสะพาน สร้างถนน สร้างโรงเรียน สร้างโรงพยาบาลเป็นสาธารณะกับการสร้างโบสถ์สร้างวัดอย่างไหนมีอานิสงส์มากกว่ากัน

พระพุทธเจ้าท่านว่าอย่างนี้ เรื่องอานิสงส์ผลบุญของการให้ทานแตกต่างกันที่ผู้รับทานบริสุทธิ์ จิตสะอาดปราศจากกิเลสมากน้อยแค่ไหน ผู้รับทานจิตสะอาดบริสุทธิ์มาก อานิสงส์ผลบุญก็มีตอบสนองแก่ผู้ให้ทานมาก

ถ้าผู้รับทานมีศีล 5 ไม่ครบจิตเศร้าหมองสกปรกไปด้วยกิเลสตัณหาอุปาทาน ผลบุญก็มีแก่ผู้ให้ทานน้อยลงตามความสกปรกของจิตมากหรือน้อย การให้ทานแก่คนที่มีศีลไม่บริสุทธิ์ 100 ครั้งมีผลไม่เท่ากับให้ทานแก่ผู้มีศีลบริสุทธิ์หนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่ท่านผู้มีศีลบริสุทธิ์ 100 ครั้ง มีผลไม่เท่ากับให้ทานแก่พระโสดาปัตติมรรคหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระโสดาปัตติมรรค 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระโสดาปัตติผลหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระโสดาปัตติผล 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระสกิทาคามีมรรคหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระสกิทาคามีมรรค 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระสกิทาคามีผลหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระสกิทาคามีผล 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระอนาคามีมรรคหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระอนาคามีมรรค 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระอนาคามีผลหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระอนาคามีผล 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระอรหัตตมรรคหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระอรหัตตมรรค 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการให้ทานแก่พระอรหัตตผลหนึ่งครั้ง

การให้ทานแก่พระอรหัตตผล100 ครั้งมีผลบุญไม่เท่ากับการถวายทานแก่พระปัจเจกพุทธเจ้าหนึ่งครั้ง

การถวายทานแก่พระปัจเจกพุทธเจ้า 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการถวายทานแก่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าหนึ่งครั้ง

การถวายทานแก่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับการถวายสังฆทานหนึ่งครั้ง

การถวายสังฆทาน 1 ครั้ง (สังฆทาน คือ ถวายแก่คณะสงฆ์ตั้งแต่ 4 รูปขึ้นไป)

การถวายสังฆทาน 100 ครั้ง มีผลบุญไม่เท่ากับถวายวิหารทาน สร้างซ่อมแซมวัดวาอารามไว้ในพระพุทธศาสนาเจริญรุ่งเรืองสืบต่อไปเพราะพระภิกษุสงฆ์ได้พักอยู่อาศัยได้ปฏิบัติสมณธรรม

การถวายวิหารก็ยังสู้การให้ธรรมทานไม่ได้เพราะการให้ธรรมคือการชี้แนะผู้คนให้เข้าใจในธรรม มีจิตละอวิชชา ตัณหา อุปาทาน บาปกรรมพ้นทุกข์อย่างถาวร คือ จิตเข้าถึงสภาวะพระนิพพานจิตเป็นพระอริยเจ้า ก็ได้ช่วยผู้อื่นให้เข้าถึงธรรมะอย่างถูกต้องต่อไป

อานิสงส์ของการถวายพระพุทธรูป ทำให้มีจิตใจสะอาด สว่างไสวมีพารานุภาพ เนื่องจากมีพระพุทธเจ้า อยู่ในใจ และมีอำนาจวาสนาสูงส่ง

พระพุทธองค์ทรงตรัสว่า การให้ธรรมชนะการให้ทานทั้งปวง ถ้าเทียบดูว่า การสร้างถนน สร้างโรงเรียน สร้างศาลา สร้างวิหาร สร้างอะไรก็แล้วแต่ ก็ให้ดูว่าคนที่ใช้สิ่งที่เป็นสาธารณะที่เราสร้างมีศีลมากน้อย มีจิตใจสะอาดมากเท่าไหน ก็เทียบเอาตามที่พระพุทธเจ้าตรัสเอาไว้นะ

ทำบุญสังฆทาน มีอานิสงส์ตายแล้วมีร่างกายเป็นทิพย์ เป็นเทพ ถ้าเกิดเป็นคนก็รวยทุกชาติไม่มีคำว่ายากจน

ทำบุญวิหารทาน ยังไม่ตายมีที่อยู่อาศัยตายแล้วมีวิมานเป็นทิพย์บนสวรรค์ พรหมตามจิตสะอาดมากน้อยเกิดเป็นคนก็มีบ้านฐานะดี

ทำบุญด้วยการให้ธรรม-ธรรมทาน มีอานิสงส์ให้มีสติปัญญาเฉลียวฉลาด ยกระดับจิต เป็นพระอริยชนได้ มีปัญญาทั้งทางโลกทางธรรม ไปนิพพานได้ง่าย ๆทั้ง ๆ ที่ยังไม่ตายก็เป็นพระอรหันต์ได้ง่ายเพราะเห็นโทษทุกข์ของขันธ์ 5 ร่างกาย เห็นทุกข์ของคนทั้งโลก

2. การเจริญมหาสติปัฏฐานสูตร กาย เวทนา จิต ธรรม หมายความว่าบุคคลต้องระลึกไว้ในใจพิจารณากาย เวทนา จิต ธรรมอยู่ตลอดเวลาใช่หรือไม่ครับ

ใช่ มหาสติปัฏฐานสูตร หมายความว่า เป็นทางตรงแน่วไปพระนิพพาน ถ้าเราจะอ่านทั้งหมดมันก็พังเพราะจำไม่ได้ ไม่ค่อยจะเข้าใจนัก เขาต้องดูจุดสุดท้าย คือ ใช้อารมณ์ตัดจริง ๆ เข้าใช้อารมณ์ไม่หนัก อารมณ์เบา ๆแบบสบาย ๆ เราก็จำเอาตอนลงท้ายในทั้งหมดในมหาสติปัฏฐานตอนลงท้ายท่านจะสอนแบบเดียวกันว่า

"เธอทั้งหลายจงอย่าสนใจกายในกาย คือ กายของเราเอง จงอย่าสนใจกายนอกกาย คือ ไม่เอาใจ ไม่ยึดถือหรือสนใจในร่างกายผู้อื่น"

ไม่สนใจในที่นี้หมายความว่า เมื่อร่างกายมันยังมีชีวิตอยู่ จิตเราต้องอาศัยร่างกาย เราก็ต้องประคับประคองร่างกาย ไม่ให้มันเป็นทุกข์ทรมานจนเกินไป ให้ร่างกาย กิน นอน ถ่ายตามหน้าที่ จิตเราคิดเอาไว้อย่างเดียว ว่า ถ้าร่างกายที่เหม็นเน่าเหม็นคาวนี้พังสลายตายเมื่อไร จิตเราเลิกจากร่างกายเด็ดขาด จิตเราต้องการติดตามองค์สมเด็จพระพิชิตมาร ไปพระนิพพานสถานเดียว

เราเกิดมาชาตินี้ ถือว่า เราเคยทำบาปทำกรรมให้มาเกิดอยู่ในกรงขังของขันธ์ 5 ที่แปรปรวนตลอดเวลานี้ ความผิดนั้น คือ ตัดสินใจผิดมีความเข้าใจผิด คิดว่าเกิดเป็นคนเลิศ ประเสริฐมีความสุข การคิดผิดเข้าใจผิดไม่มีอีกแล้ว เห็น**แล้วเป็นคนในโลกนี้ไม่มีใครเป็นสุขจริง เพราะมีขันธ์ 5** เรายอมรับโทษเพียงชาติเดียว เราจะมีความคิดความเห็นถูกเห็นตรง **ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย เราทำความดีเพื่อพระนิพพานไม่เกิดอีกทั้งเทวดา พรหม ไม่เอาเพราะไม่ใช่ความสุขยอดเยี่ยม ไม่มีสุขตลอดกาล** ความจริงพระผู้มีพระภาคเจ้าท่านเทศน์สอนยาวเหยียดอ่านเสียหลายวันก็ไม่จบแต่เนื้อหาจริงๆท่านลงท้ายด้วยอริยสัจทุกเรื่อง ความมุ่งหมายจริงๆขององค์พระโลกเชษฐ์ศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าก็คือให้

พวกเราเข้าใจอริยบุคคล จิตพ้นจากเวียนว่ายตายเกิดนั่นเอง ความจริง คือ

1) ทุกข์ คือ ร่างกายเป็นเพียงธาตุ 4 ธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ มันผสมกันเป็นเรือนร่าง ด้วยกำลังของความอยากเป็นคนคือ ตัณหาเป็นผู้สร้างขึ้นมาเพราะอารมณ์ชั่วด้วยโลภ โกรธ หลง ในร่างกาย จิตเราไม่สะอาด จึงต้องมีร่างกายแบบนี้ จิตไม่สะอาดมีความอยากคือ สมุทัย

2) สมุทัย คือ สาเหตุทำให้มีความทุกข์ร่างกายเต็มไปด้วยภาระต้องเลี้ยงดูรักษาชำระล้างตลอดชีวิต

3) นิโรธ ทีนี้จิตเราฉลาดแล้วรู้ว่าเรามีร่างกาย เต็มไปด้วยโรคภัยเบียดเบียน โรคที่เป็นกันประจำ คือ โรคหิว ๆ 3 ครั้งต้องเติมอาหาร รักษาโรคหิวข้าวหิวน้ำ หิวอากาศตลอดเวลา

ร่างกายเป็นทุกข์ก็จริงแหล่ แต่มันก็ทรุดโทรมตลอดเวลา ไม่ช้าร่างกายก็จะตาย เราตัดสินใจว่าไม่ปรารถนาร่างกายแบบนี้อีกต่อไป ประกาศอิสรภาพจิตไม่เป็นทาสของร่างกายนี้ ไม่ว่าร่างกายใครเลิกกัน เราต้องการมุ่งไปพระนิพพานแดนหมดทุกข์ทั้งปวง ตามองค์สมเด็จพระสวัสดิโสภาคย์ศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าอย่างนี้เป็นนิโรธ **นิโรธแปลว่าดับความอยาก ดับตัณหา ดับทุกข์ ดับกิเลส ดับอุปาทาน ดับด้วยอริยวิปัสสนาญาณ** ความเป็นจริง คือ **พระนิพพาน เป็นแดนบรมสุขจริงไม่เกิด ไม่ตายไม่ทุกข์**

4) มรรค คือ ทางเดินของจิตไปสถิตย์แดนทิพย์พระนิพพานจะไปได้อย่างไร ก็ไปได้ไม่ยาก เพราะมีพระบรมครูท่านวางแผนที่ไว้ให้แล้ว เราเพียงแต่เดินไปตามที่ท่านสอนไว้ คือ ท่านสอนให้ตัดตัวยอด **คือ สักกายทิฏฐิข้อแรกตัดได้หมดอีก 9 ตัวในสังโยชน์ 10 ก็ไม่มีความหมาย กิเลสทั้งหมดก็รวมที่ขันธ์ 5 ตัวเดียว คือ สักกายทิฏฐิหรือร่างกายในมหาสติปัฏฐานสูตร**

สักกายทิฏฐิ คือ กิเลสที่ทำให้เราต้องมาเวียนว่ายตายเกิด คือ จิตเห็นว่าขันธ์ 5 ร่างกายนี้เป็นของเราจริง เป็นความเข้าใจผิด ร่างกายเป็นของธรรมชาติเป็นของโลกเป็นของดิน น้ำ ลม ไฟ เกิดจากอาหาร เราคือ จิตเป็นเพียงผู้มาอาศัยขันธ์ 5 นี้ชั่วคราวเท่านั้น เรารู้แล้วก็ตัดสินใจเลิกคบกับขันธ์ 5 เด็ดขาดตั้งแต่วันนี้เป็นต้นไปอยู่กับคนละส่วน เอาจิตมองร่างกายตลอดเวลา คือ มีสติระลึกรู้ร่างนี้เป็นเพียงร่างสมมุติ ที่จิตเรามาอาศัยอยู่ชั่วคราว การเห็นว่าร่างกาย

นี้สกปรกรกรุงรังไม่มีอะไรดีน่ารักและผุพังทรุดโทรมและตายในที่สุด ดังนั้น จิตเราจะไม่สนใจร่างกายอีกต่อไป แต่จะดูแลจนกว่าร่างกายนี้แตกสลายเท่านั้น ทำเท่านี้ง่าย ๆ ไม่ยากเลยนะ คำว่าไม่ยากนะมันพูดได้ แต่ว่าการจะปลดเปลื้อง ต้องค่อย ๆ ทำ อย่าหักโหม ดูเหตุดูผล เห็นทุกข์เสียตัวเดียว เห็นทุกข์ตัวเดียวเท่านั้นแหละพอ เห็นทุกข์จงอย่าเมาในทุกข์ อย่าตกใจในทุกข์ เห็นว่าเป็นทุกข์จริงโลกนี้มันเป็นทุกข์ แต่ที่เราอยู่ในโลกนี้ เราจำเป็นจะสนองความต้องการของร่างกาย แต่จิตตัวหนึ่งเราหวังตัดทุกข์ คือ ไม่ต้องการมันอีก อันร่างกายที่เป็นทุกข์อยู่แล้วเราไม่กลุ้มใจไม่ทุกข์ใจไปตามร่างกาย โทษประเภทนี้เราถูกขังเราจะไม่ทำอย่างนี้ต่อไป เราก็จะไม่ต้องถูกขังแบบนี้อีกต่อไป

นี่ก็เหมือนกันที่เรามาเกิดได้ เดิมทีเดียวมันมีเหตุ 4 ประการ ที่นำให้เรามาเกิดได้แก่ กิเลส ตัณหา อุปาทาน และอกุศลกรรมคือ บาปกรรม กิเลสคืออารมณ์ความชั่วของจิตเรา จิตเราเศร้าหมองเพราะความเข้าใจผิดมีความเห็นผิดเป็นมิจฉาทิฏฐิ ทำให้เห็นดีเป็นชั่ว เห็นชั่วเป็นความดี ถ้าเราเข้าใจว่าของชั่วเป็นของดี ของดีเป็นของชั่ว อุปาทานก็เลยจับยึดมั่นว่า ของชั่วที่เราคิดว่าดีน่ะ ทำมันไปตามนั้นเกาะมันว่าดี

ตัณหา ความอยากได้ อยากมี อยากเป็น เมื่อมันเห็นว่าชั่วเป็นดี ดีเป็นชั่ว เราต้องการชั่วมันก็อยากได้ อยากได้ก็ทำ ทำตามนั้น ตัวยึดมั่นเข้าไว้ พอยึดมั่นแล้วก็ปฏิบัติตาม ปฏิบัติตามเป็นเหตุให้เราเกิด

สำหรับมหาสติปัฏฐานสูตรนี่พระพุทธเจ้าเทศน์เฉพาะแคว้นกุรุเท่านั้น เป็นกรรมฐานละเอียด เพราะชาวแคว้นกุรุมีอารมณ์จิตละเอียด มีปัญญามากและชาวกุรุนี้ก็เจริญนึกถึงมหาสติปัฏฐานสูตรเป็นปกติ ก่อนที่จะมาพบพระพุทธเจ้า ในเมื่อแคว้นนั้นเขาปฏิบัติอย่างนั้นเป็นปกติ องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงรับรองผล จึงเข้าไปอธิบายให้สูงยิ่งขึ้นไป ให้เขาเข้าใจว่านอกจากจะทรงสติสัมปชัญญะแล้ว ก็ยังมีวิปัสสนาญาณ อันนี้พระพุทธเจ้าท่านต่อท้ายด้วย อำนาจวิปัสสนาญาณ มีอริยสัจและโพชฌงค์ 7 เป็นต้น เพื่อให้ชาวกุรุเหล่านั้นได้เป็นพระอริยเจ้า เข้าถึงอริยมรรค อริยผลถึงพระนิพพานเป็นจุดมุ่งหมายปลายทางของจิตเดิมแท้

3. หลวงพ่อขา พระอรหันต์ทั้งหมดนี่มีความสามารถเท่ากันหรือไม่เจ้าคะ

พระอรหันต์ท่านมีความสามารถตัดกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา บาปอกุศลกรรม ตัดสังโยชน์กิเลสร้อยรัด 10 อย่าง ออกหมดเท่ากัน แต่ความสามารถพิเศษในด้านทิพยจักขุญาณต่างกัน ตามอำนาจวาสนาบุญบารมีที่ท่านปฏิบัติได้ การปฏิบัติที่จะเป็นพระอรหันต์มี 4 รูปแบบ หรือ 4 สาย

1) สายสุขวิปัสสโก คือ เอาทางด้านปัญญาพิจารณาวิปัสสนาอย่างเดียว ไม่ต้องการฤทธิ์เดช เป็นแบบสายมหาสติปัฏฐานสูตรมีสมาธิแค่ฌานหนึ่ง หรือปฐมฌานก็ตัดกิเลสเป็นพระโสดาบัน แต่ถ้าจะเป็นพระอนาคามีจิตก็มั่นคงเป็นฌาน 4 ถึงตัดกิเลสได้ สมาธิสูงปัญญาก็คม ปัญญาดีตัดอวิชชาความเข้าใจผิดได้ง่าย พระอรหันต์สายสุขวิปัสสโกไม่มีทิพยจักขุญาณ ไม่เห็นผี ไม่เห็นนรก สวรรค์ พรหม ไม่เห็นพระพุทธเจ้า แต่ท่านมีปัญญารอบรู้ตามความเป็นจริงว่ามีผี มีเทวดา มีพรหม มีพระพุทธเจ้า มีพระนิพพาน ไม่ล่วงลับดับสูญเป็นอนัตตาเหมือนที่ท่านทั้งหลายเข้าใจผิด ๆ

2) พระอรหันต์เตวิชโช ท่านมีความรู้พิเศษ 3 อย่าง นอกจากตัดกิเลสหมดแล้ว มีความสามารถเพิ่มคือ

ก. มีทิพยจักขุญาณเห็นผี เทวดา เห็นนรก สวรรค์ พรหม เห็นแดนทิพย์พระนิพพาน เห็นพระพุทธเจ้าได้

ข. ระลึกชาติได้ว่าก่อนเกิดมาจากไหน คือ บุพเพนิวาสานุสติญาณ

ค.อาสวักขยญาณมีปัญญาเห็นทุกข์โทษในขันธ์ 5 และจิตท่านเป็นอิสระหลุดพ้นจากการยึดติดรูป-นามขันธ์ 5 ในร่างกายเป็นพระอรหัตตผลเตวิชโช

3) ฉฬภิญโญ หรือ สายอภิญญา 6 พระอรหันต์ที่ท่านจบกิจใน**พระพุทธศาสนาในสายอภิญญานี้ท่านมีความสามารถเพิ่ม 6อย่างรวมทั้งสามารถตัด**กิเลสออกจากจิตหมด จิตผ่องแผ้วสดใสเบิกบานเป็นจิตพระนิพพาน ทั้ง ๆที่ยังไม่ตาย ดังนั้นพระนิพพาน ก็คือ จิตไม่มีขันธ์ 5 ต่อไป หรือขันธ์ 5 สูญสลายไปจากจิต ที่ว่า **นิพพานัง สูญญัง ไม่ใช่ว่า นิพพานสูญเป็นอนัตตา ท่านนักปราชญ์ส่วนมากแปลบาลีผิด นิพพานัง สูญญัง ท่านแปลว่า จิตที่ถึงขั้นพระอรหันต์ขั้นพระนิพพานหรือขั้นธรรมกายนั้น จิตท่าน**

<u>ว่างเปล่าจากกิเลสหรือขันธ์ 5 กิเลส</u> ตัณหา อุปาทาน บาปกรรม ทุกข์เวียนว่ายตายเกิด สูญสลายจากจิต พระอรหันต์นั่น พระนิพพานเป็นอมตะไม่สูญแน่นอน ที่สูญสลายแน่ ๆคือ คน สัตว์ สิ่งของ กายเทพ กายพรหมสูญสลาย นิพพานไม่มีเกิด ตาย ไม่สูญสลาย เป็นทิพย์ประเสริฐกว่า ทิพย์ของสวรรค์หรือพรหม ถ้าไม่เชื่อท่านปฏิบัติไปพิสูจน์ได้ด้วยตนเองก็จะทราบได้สักวันหนึ่งเพราะพระธรรมคำสอนของพระผู้มีพระภาคเจ้าพิสูจน์ได้จริง คือ ต้องเป็นปัจจัตตัง รู้เองเห็นเอง ไปบอกใครเขาเขาก็ไม่เชื่อ ไม่เข้าใจ เพราะไม่สามารถมองเห็นได้ด้วยตา แต่เห็นได้ด้วยปัญญา ด้วยจิตใจที่ฉลาดสะอาดไม่มีกิเลสเครื่องสกปรกเศร้าหมองมาปิดบังให้คิดผิดพูดผิด ตีพระธรรมคำสอนหรือความหมายในพระไตรปิฎกพระบาลีผิด ๆ ทำให้หลงผิดได้ แต่ทุกคนก็ต้องผิดมากัน ก่อนที่จะเข้าใจถูกต้อง จึงไม่ควรตำหนิกันเอง

พระอรหันต์สายอภิญญาหกนี้มีความสามารถพิเศษดังนี้

ก) มีทิพยจักขุญาณ มีจิตเป็นทิพย์คล้ายตาทิพย์มองเห็นนรก สวรรค์ พรหม พระนิพพาน เห็นพระอรหันต์ พระพุทธเจ้าที่พระนิพพานได้ สามารถติดต่อพูดคุยได้รู้เรื่อง

ข) เจโตปริยญาณ ท่านสามารถรู้จิตคนสัตว์ได้ว่า จิตดีจิตไม่สะอาดคืออะไรอยู่ท่านทราบได้

ค) จุตูปปาตญาณ ท่านทราบว่าคนสัตว์ก่อนเกิดมาจากไหน ถ้าตายแล้วจะไปอยู่ไหนต่อจะไปนรกหรือสวรรค์หรือเป็นผีเป็นสัตว์ ท่านทราบล่วงหน้า

ง) บุพเพนิวาสานุสสติญาณทราบชีวิตก่อนเกิดเป็นคนมาอย่างไรคือชาติปางก่อน

จ) ทิพยโสตญาณ มีหูทิพย์ คือ ได้ยินเสียงไกล ๆ ได้ทั่วโลกจักรวาล ได้ยินเสียงเทวดาพรหมนิพพานได้

ฉ) อาสวักขยญาณ สามารถตัดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กิเลส บาปกรรมสังโยชน์ 10 อย่างได้หมด เป็นพระอรหันต์ สามารถเหาะเหิรเดินอากาศทำตนให้เล็กให้ใหญ่หรือให้มีมากได้ คือ มีอิทธิฤทธิ์

4. พระอรหันต์แบบปฏิสัมภิทาญาณ

พระอรหันต์แบบนี้ ฉลาด คลุมได้ทุกแบบ ท่านฉลาดมีปัญญา มีความสามารถทั้งด้านสุขวิปัสสโก เตวิชโช ฉฬภิญโญ และเพิ่มปฏิสัมภิทาญาณ คือ ย่อพระธรรมยาก ๆ เช่น พระอภิธรรมจากที่ยาก ๆ ให้พวกเราเข้าใจได้ง่าย ๆ มีอิทธิฤทธิ์ครบถ้วน สามารถรู้ภาษาทุกภาษาทั้ง ๆที่ไม่ต้องร่ำเรียนมาก่อน มีความฉลาดทั้งทางโลกและทางธรรม

ส่วนมากจะเป็นพระอรหันต์ ที่ท่านปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้ามาก่อน แล้วท่านลาเป็นสาวกภูมิด้วยปัญญาที่เป็นเลิศมีบุญบารมีสะสมไว้นาน และมีความสามารถพิเศษทุก ๆ ด้าน ท่านผู้ใดได้ปฏิสัมภิทาญาณ แม้แต่ไม่เคยเรียนพระไตรปิฎก พระอภิธรรมปิฎก พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงเรียกท่านผู้นั้น เป็นผู้ทรงพระไตรปิฎก ครบถ้วน

4. คนอยากไปพระนิพพานเป็นตัณหาไหม

คนที่ต้องการพระนิพพานเป็นธรรมฉันทะ มีความพอใจในโลกุตตรธรรมเป็นจิตที่ทรงไว้ซึ่งความดีเป็นความอยากพ้นทุกข์ไม่ใช่ตัณหา คนต้องการสมบัติโลก เป็นโลกียธรรม ยังเป็นตัณหาเพราะไม่พ้นทุกข์ ต้องเวียนว่ายตายเกิดต่อไป

5. การปฏิบัติธรรมจำเป็นหรือไม่ต้องอธิษฐาน

การบำเพ็ญบารมีปฏิบัติธรรมมาก ๆ เข้า ความชั่วสลายตัว เราก็เข้าถึงพระนิพพานตามเจตนาหรือไม่เจตนา แต่ถ้าขาดอธิษฐานบารมีกว่าจะเข้าถึงจุดหมายปลายทางพระนิพพานก็นานแสนนาน อาจจะเลี้ยวซ้ายขวาหลงทางไปที่อื่น ไม่ตรงจุดมุ่งหมาย

องค์สมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้า จึงทรงแนะนำให้พุทธบริษัทอธิษฐานกล่าววาจา เอาชีวิตเข้าแลกกับความดี แม้องค์สมเด็จพระชินศรีศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าก็อธิษฐานใต้ต้นโพธิ์ ก่อนตรัสรู้อนุตตรสัมมา สัมโพธิญาณ เป็นพระพุทธเจ้าได้ พระองค์ท่านก็เปล่งวาจาอธิษฐานจิต เป็นทั้งสัจจะบารมี คือตั้งใจจริง อธิษฐานบารมีตั้งใจมั่นคงก็มีผลเป็นอริยมรรค อริยผลได้รวดเร็วและง่าย ๆ

6. คนที่ทำมาหากินหาเลี้ยงครอบครัวไม่มีเวลาทำสมาธิไหว้พระสวดมนต์

ควรจะปฏิบัติธรรมแบบไหนดี

กรรมฐานเป็นฐานของการทำความดี ทำสมาธิไม่ได้หมายความว่าทำทางกายต้องนั่งขัดสมาธิหลับตา การทำสมาธิภาวนาท่านหมายถึง ทำทางจิตให้จิตนิ่งอยู่กับความดีอย่างใดอย่างหนึ่งในกรรมฐาน 40 หรือ มหาสติปัฏฐานสูตรดีทั้งนั้น เลือกเอาตามชอบใจนักกรรมฐานที่ดี เขาก็ไม่มุ่งในขั้นหลับตา ไหว้พระสวดมนต์นาน ๆ เขามีอารมณ์จิตคิดถึงพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าเป็นปกติ จะนึกถึงทาน ศีล สมาธิ ไตรลักษณ์ทุกขัง อนิจจัง อนัตตา ดีเท่ากันหมด ถ้าคิดถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม พระสงฆ์ พระนิพพานเป็นปกติ ทำงานหาเลี้ยงเงินเลี้ยงครอบครัว จะพูดคุยกับใคร ก็ไม่ลืมพระรัตนตรัยอย่างนี้นะจึงชื่อว่าเป็นผู้ทรงฌานมีสมาธิกรรมฐาน การนึกไว้เพ่งคิดไว้จนชิน คือ ฌาน **คือ ผู้มีสติ สมาธิ ปัญญา การปฏิบัติธรรมเป็นอกาลิโก ไม่ต้องเลือกเวลาว่างทำได้ทุกตอนทุกเมื่อ ก่อนนอนคิดถึงพระพุทธเจ้าพระนิพพาน นึกถึงความตายจนหลับไป เมื่อหลับแล้วท่านเรียกว่า หลับในฌาน อย่างน้อยเป็นพรหมถ้าตาย ถ้าจิตมั่นคงในพระนิพพานจิตก็ถึงพระนิพพานเมื่อตาย**

7. มโนมยิทธิเป็นกรรมฐานชนิดไหนในกรรมฐาน 40

มโนมยิทธิเป็น (1) พุทธานุสสติกรรมฐานเพราะภาวนาถึงพระคุณความดีขององค์พระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าด้วยการภาวนาว่า นะมะหายใจเข้า นะมะ แปลว่า นมัสการ ภาวนา พะธะ เมื่อลมหายใจออก พะธะแปลว่า พระพุทธเจ้า (2) เป็นกสิณ คือ จับภาพพระพุทธรูปเป็นกสิณ จำภาพพระพุทธรูปได้แล้วขออัญเชิญภาพพระมาประทับในหน้าอกของเรา ถ้าภาพพระพุทธรูปเป็นสีเหลืองทอง เป็นปีตกกสิณ ถ้าจับภาพพระพุทธรูปเป็นแก้วใส เป็นอาโลกสิณ

(3) เป็นกายานุสสติกรรมฐานให้ดูร่างกายเดินเข้าหาความตายตลอดเวลา

(4) เป็นอานาปานุสสติกรรมฐาน กำหนดรู้ลมหายใจเข้าออกด้วยคำภาวนานะมะ พะธะ

(5) เป็นอุปสมานุสสติกรรมฐาน เพราะการฝึกมโนมยิทธิเป็นปรมัตถบารมีปฏิบัติเพื่อหลุดพ้น ทุกข์จากการเวียนวนเกิดตายเพื่อพระนิพพานในชาตินี้

มโนมยิทธิ มีอยู่ในหลักสูตรพระพุทธศาสนา ที่จะเข้าถึงพระ

นิพพานได้ง่ายเป็นสายบรรลุมรรคผลครึ่งเตวิชโชและครึ่งฉฬภิญโญรวมกัน **เป็นสายอภิญญาเล็ก ฝึกให้จิตเป็นทิพย์ ถอดถอนกายในเข้าไปเฝ้าพระพุทธเจ้าเป็นสิ่งที่พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงโปรดประทานให้พุทธบริษัทที่ตั้งใจจริงเคยฝึกกรรมฐานได้แล้วแต่ชาติปางก่อน ฝึกได้ง่าย ฝึกได้แล้วให้เอาจิตจับพระพุทธเจ้าที่พระนิพพานไว้ ตายเมื่อไร จิตเราไปนิพพานทันที**

8. ฝึกมโนมยิทธิได้แล้วจะได้ฌานสมาบัติ 4 หรือไม่

มโนมยิทธิทำให้ได้ฌานสมาธิ4 รวดเร็วง่ายเพราะเป็นทางลัดตัดเข้าหาสมาบัติ 4 แถมมีกำไรใหญ่ได้ทิพยจักขุญาณสามารถทำให้ได้อภิญญา

จุดประสงค์มโนมยิทธินี้ ก็เพื่อฝึกให้ผู้ฝึกหมดความสงสัยในพระธรรมคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้า เรื่อง นรก สวรรค์ พรหม พระนิพพาน กำจัดอวิชชา ความรู้ผิด ๆ ให้เป็นความรู้ถูกต้อง มีปัญญาดี เป็นพระอริยบุคคล เป็นพระอริยเจ้าได้ง่าย เป็นหนทางลัดตัดตรงเข้าพระนิพพานนั่นเอง การฝึกมโนมยิทธิ ผู้ฝึกต้องมีพร้อมด้วยบารมี 10 ทาน ศีล วิปัสสนาญาณ ครบถ้วน

9. อานิสงส์ของการสร้างพระพุทธรูปหรือถวายพระพุทธรูปไว้ในวัดตัดกรรมได้หรือไม่

หนีกรรมชั่วได้ ตัดกรรมชั่วไม่ได้ ถวายพระพุทธรูปไว้ในพระพุทธศาสนาเป็นพุทธานุสสติกรรมฐาน เป็นพุทธบูชา เป็นการสร้างกำลังความดีให้สูงเข้าไว้ เข้าถึงพระนิพพาน ได้ง่ายที่สุด พุทธานุสสติกรรมฐานนี้เป็นกรรมฐานที่ให้ผลรวดเร็วเป็นปัจจัยให้เข้าพระนิพพานได้ง่าย เพราะจิตระลึกนึกถึงพระพุทธเจ้า อวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน ก็ไม่เกาะติดในจิตใจ

ทางพระพุทธศาสนาไม่มีการล้างบาป แต่ให้สร้างกำลังจิตในด้านความดีมีกำลังสูง เพื่อหนีพ้นจากบาป จิตมีกำลังสูงมี 4 ขั้น คือ พระโสดาบัน พระสกิทาคามี พระอนาคามี พระอรหันต์

10. คำว่านิพพานแปลว่า ดับไปเลยไม่เหลืออะไรเลยใช่หรือไม่

คำว่า นิพพาน แปลว่าดับ ปัญหาที่คุณถามมานี่ เหมือนปัญหาของพระโมกขราช กราบทูลถามพระพุทธเจ้าว่า นิพพานมีสภาพสูญใช่ไหม พระพุทธเจ้าข้า หมายความว่าเมื่อถึงนิพพานแล้วดับสูญ มีสภาพคล้ายกับควันไฟที่ลอยไปในอากาศไม่มีที่เกาะ ไม่มีที่อยู่อย่างนั้น

องค์สมเด็จพระบรมครูตรัสว่า **<u>"โมกขราช เรากล่าวว่า นิพพาน นั้นหมายถึงกิเลสดับ ขันธ์ 5 ดับ แต่จิตยังมีอยู่ไม่ดับ"</u>**

คำว่าดับในพระนิพพานนั้น คือ

1) ดับกิเลส ตัณหา อุปาทาน อวิชชา ในขณะที่มีชีวิตอยู่

2) ดับขันธ์ 5 รูป-นาม หรือร่างกายตาย รูป- นาม สูญสลายไป

3) อารมณ์จิตที่บริสุทธิ์ไม่ได้ดับจิตพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิดเข้าถึงบรมสุขแดนทิพย์นิพพาน มีกายทิพย์นิพพานเป็นสุขตลอดกาล

ถาม เทวดา พรหม ผี มีขันธ์ 5 (รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ) หรือไม่ ?

ตอบ เทวดา พรหม ผี ไม่มีขันธ์ 5 ไม่มีขันธ์ 4 เขาอยู่ด้วยกายใน คือ อทิสมานกาย ถ้าเป็นผีก็เป็นกายใน หรือ อาทิสมานกายหยาบเศร้าหมอง เทวดา พรหม มีรูปกายละเอียดเรียกว่ากายทิพย์ การในอทิสมานกาย ละเอียดงดงาม

ถาม การทำบุญทุกครั้ง ไม่ว่าบุญอะไรก็อธิษฐานขอให้ทำการค้ารวย ๆ ก่อนเข้าถึงพระนิพพาน อธิษฐานแบบนี้ถูกต้องหรือไม่ ?

ตอบ ถ้าเราทำบุญอะไรก็ตาม แล้วอธิษฐานเพื่อพระนิพพานนั้นมันเป็นตัวทำความรวยอยู่แล้ว ไม่ต้องนึกถึงความรวยก็ได้นะ เพราะคนที่ไปนิพพานได้ต้องเป็นคนรวย ไม่รวยไปนิพพานไม่ได้ รวยอะไรรู้ไหม ? รวยศีลธรรมและรวยความเพียงพอ คนที่มีจิตเข้าถึงนิพพานได้ เขามีความรู้สึกว่ามีมากพอมีทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิต พอดีหมดเขาจนเขาก็ว่าเขามีมากพอ เขารวยเขาก็มีพอ ถ้าหวังรวยก่อนนิพพานก็คือหวังความพอดีกับทุกสิ่งทุกอย่างในชีวิตมากพอจิตจึงเข้าถึงนิพพานได้

ถาม อะไรในโลกนี้สำคัญที่สุด

ตอบ จิตใจในโลกนี้สำคัญที่สุด เพราะจิตคน สัตว์ไม่ตายไม่สูญสลาย ดังนั้นจึงควรระวังประคับประคองจิตให้สะอาดสดใส มีพระรัตนตรัยประจำใจ คงไว้ซึ่งศีล 5 ครบ หมั่นนึกถึงความตาย มีจุดมุ่งหมายตาย แล้วไปนิพพาน จิตมีความสุขตลอดกาลทั้งชาตินี้และชาติหน้า

ถาม-ตอบปัญหาธรรมะ

รวบรวมโดยเกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ

คำถามที่ผู้เขียนจะนำมาตอบมี 22 ข้อดังนี้

1. จิตกับวิญญาณอันเดียวกันหรือไม่
2. สัพเพ สังขารา อนิจจา แปลว่าอะไร
3. สัพเพ ธัมมา อนัตตาติ แปลว่าอะไร
4. ชาวบ้านที่ฝึกใฝ่ปฏิบัติธรรม ฝึกกรรมฐานแบบมโนมยิทธิ ยกจิตเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าที่พระนิพพานตลอดเวลา แต่ในด้านทางโลกก็ทำภาระกิจการงานตามหน้าที่ ยังมีอยู่สิ่งหนึ่งที่ชอบติด คือ ติดในความสุขสบายในด้านร่างกายเช่น ชอบนอนพักผ่อน ชอบอาหารอร่อย ชอบอยู่เงียบสงบ อย่างนี้ยังถือว่าติดในกามทางรูปรสกลิ่นเสียงหรือติดสุขทางโลกอยู่ใช่หรือไม่
5. การบูชาพระพุทธเจ้ามีกี่ชนิด ควรบูชาแบบไหน
6. ผู้ที่เจริญกายานุปัสสนามหาสติปัฏฐานนั้นจะพิจารณาอย่างไรเพื่อให้เห็นกายภายนอกบ้างเห็นกายภายในบ้าง
7. บารมี 10 อย่างนี่ทุกคนจะต้องทำหรือเฉพาะเจาะจงแต่พระโพธิสัตว์ผู้ปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้า
8. การให้ทานเป็นปัจจัยไปพระนิพพานได้หรือไม่
9. การให้ทานมีกี่ชนิดกี่อย่าง
10. การให้ทานร่างกายหรือเซ็นต์ชื่อมอบร่างกายให้โรงพยาบาลมหาวิทยาลัยแพทย์ศาสตร์ให้นักศึกษาแพทย์ได้ชำแหละศพเป็นการศึกษานั้นเป็นทานชนิดไหนมีบุญอานิสงส์อย่างไร
11. ในบรรดาวัตถุทาน ทานแบบไหนมีอานิสงส์มากที่สุด
12. ทุกข์มีอะไรเป็นสาเหตุ
13. ทุกข์มาจากไหน
14. ทุกข์มีกี่อย่างอะไรบ้าง
15. ปุถุชนกับอริยชนแตกต่างกันอย่างไร
16. พระอริยบุคคล 8 ขั้นมีอะไรบ้าง
17. อารมณ์จิตของพระโสดาบันเป็นอย่างไร

18. อารมณ์จิตของพระสกิทาคามีเป็นอย่างไร
19. อารมณ์จิตของพระอนาคามีเป็นอย่างไร
20. อารมณ์สังขารุเปกขาญาณของพระอรหันต์เป็นอย่างไร
21. พระอรหันต์มีอารมณ์หรือไม่มีอารมณ์อย่างไร
22. พระนิพพานมีสภาพสูญจากทุกสิ่งทุกอย่างหรือไม่

คำตอบของคำถามทั้ง 22 ข้อดังกล่าวมีดังต่อไปนี้

1. จิตกับวิญญาณอันเดียวกันหรือไม่

จิตกับวิญญาณไม่ใช่อันเดียวกัน จิตคือผู้รู้ผู้คิดผู้เบิกบาน จิต คือจิตที่เข้ามาอาศัยในกายคนสัตว์นั้นมีจิตเดียว จิตนี้มีรูปร่างที่ตาคนสัตว์นั้นมองไม่เห็น ท่านเรียกว่า กายใน ซึ่งจะซ่อนอยู่ในกายคนกายสัตว์ **กายใน**นั้นท่านเรียกว่า **อทิสมานกาย ไม่มีวันตายไม่สูญสลาย ไม่ใช่อนัตตา** อทิสมานกายนั้นจะสดใสหรือเศร้าหมองไม่งดงามก็ขึ้นอยู่กับอารมณ์ของจิต ถ้าจิตฉลาดสะอาด อทิสมานกายก็งดงามผ่องใส ถ้าจิตสกปรกด้วยอวิชชา ตัณหา อุปาทาน กิเลส ทำบาปกรรมชั่ว อทิสมานกายก็เศร้าหมองเป็นสัตว์นรก เป็นเปรตหรือเป็นคนอมทุกข์ ดังนั้นองค์สมเด็จพระชินศรีศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า จึงทรงย้ำเรื่อง ทำจิตใจให้ผ่องใสด้วยการนึกถึงพระนิพพาน นึกถึงพระอริยสงฆ์ นึกถึงพระนิพพานนึกถึงการทำบุญ ภาวนาดีทั้งนั้น อันใดอันหนึ่งในกรรมฐาน 40 อทิสมานกาย กายในเราที่อยู่ในร่างกายเหม็นๆนี้จะสดใสงดงาม จิตนี้สามารถจะไปสิงสถิตอยู่ในคนสัตว์ วัตถุต้นไม้ได้ คนสัตว์ตายจิตก็ไปหาที่อยู่ใหม่**จิตหรืออทิสมานกายไม่มีเพศชายเพศหญิง ไม่ใช่คนสัตว์สิ่งของไม่ใช่ผีไม่ใช่เทวดาพรหม ความจริงธรรมชาติเดิมของจิตนั้นเป็นจิตพุทธะ สดใสประภัสสร**มาก่อน **เป็นจิตนิ่ง ๆ มีสติมีสมาธิ**อยู่แล้วตลอดเวลา ปล่อยวางไม่ยึดเกาะใด ๆ ในโลก มีพลังอานุภาพ มีความฉลาดรอบรู้ทุกสิ่งทุกอย่างที่ต้องการจะรู้ มีอภิญญาสมาบัติ และจิตมีสุขเลิศล้ำ

แต่จิตของคนเราได้เสียที เสียท่าที่ปล่อยอวิชชา ความเข้าใจผิด ความหลงผิด พาไปทำให้ก่อเกิดภพชาติเป็นคนสัตว์เป็นเทพพรหม วนไปเวียนมาจนกระทั่งมีพระผู้มีมหาเมตตาชาญฉลาดหาหนทางออกจากวงเวียนเกิดตายนี้ คือ องค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าชี้หนทางให้นำจิตพวกเราเข้าพระนิพพานเสียจะได้ไม่หลงเวียนไปเวียนมาในโลกนี้โลกหน้า

ต่อไป **ขอทุกท่านจำเอาไว้เลยว่าจิตเราเป็นจิตอมตะไม่ตาย เรามีหน้าที่ทำจิตให้สะอาดสดใสด้วยการมีพระพุทธเจ้าในใจตลอดเวลายิ่งดี รู้ลมหายใจด้วยยิ่งมีความสุขใหญ่**

วิญญาณไม่ใช่จิตบางท่านสับสนเอาจิตไปปนกับวิญญาณ เป็นการเข้าใจผิด บางทีก็ทับศัพท์กันเอาเป็นอันเดียวกันเป็นเรื่องของภาษา ถ้าเอาจิตไปปนกับวิญญาณในขันธ์ 5 ยิ่งยุ่งใหญ่ ทำให้คิดผิดเข้าใจผิดคิดว่าจิตตายสลายอนัตตาตามขันธ์ 5

วิญญาณนี้คือ ระบบประสาททั้งหมดในร่างกาย มีศูนย์กลางอยู่ในสมองของคนสัตว์ มีเส้นประสาทกระจายไปทั่วผิวหนัง ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจคืออารมณ์ (ใจในขันธ์ 5 นี้ไม่ใช่จิต เป็นความรู้สึกของร่างกาย) เป็นประตูหน้าต่างรับความสัมผัสนอกกาย วิญญาณนี้แก่ตายเจ็บป่วยตามร่างกายเช่นคนเป็นอัมพาต ประสาทสมองเสื่อมสั่งงานมาทางแขนขาไม่ได้แขนขาจึงเคลื่อนไหวไม่ได้ วิญญาณนี้เป็นสถานที่ให้จิตมาอยู่อาศัย วิญญาณเป็นยานพาหนะพาจิตไปเกิดตามบุญบาป วิญญาณเป็นผู้รักษารูปละเอียดกายใน อทิสมานกาย ถ้าจิตหรืออทิสมานกายติดอยู่ในวิญญาณ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสสุขกาย ก็เป็นสาเหตุให้สืบต่อภพชาติ เวียนว่ายตายเกิดไม่มีที่สิ้นสุด

ดังนั้นพระผู้มีพระภาคเจ้ามีพระมหาเมตตา มหาปัญญา มหาบุญญาธิการทรงสั่งสอน พวกเราให้เอาจิตพิจารณาวิญญาณความรู้สึกทางตา หู จมูก ลิ้น กายสัมผัสอ่อนนุ่ม อารมณ์ใจดี ๆชั่วๆ ไว้ มีเกิดขึ้นแล้วก็ดับไป ไม่มีอะไรติดใจเยื่อใย ถ้าจิตไปติดใจรูป สวย เสียงเพราะ กลิ่นหอม รสอร่อย สัมผัสระหว่างเพศ อารมณ์ใจเป็นสุขทางโลกก็ทำให้เราเกิด ๆ ตาย ๆ ไม่สิ้นสุด

พระผู้มีพระภาคเจ้าทรงสอนให้เอาจิตเลิกสนใจรูปรสกลิ่นเสียงสัมผัส เอาทิ้งไปปล่อยไป วิญญาณความรู้สึกเป็นของปลอมร่างกายก็ของปลอมเอาทิ้งออกจากจิตให้หมดเพราะวิญญาณประสาททั้งหลายเป็นตัวทุกข์ตัวโทษตัวร้าย ถ้าจิตไปติดก็ชื่อว่ามีอุปาทานติดของปลอมติดของเป็นทุกข์เป็นโทษให้จิตเพียงแต่รู้ว่ารสดีกลิ่นดีเสียงดีรูปสวยก็เท่านั้น เดี๋ยวเดียวก็หายไปไม่น่าติดอกติดใจ เป็นวิธีแยกจิตออกจากวิญญาณ จิตจะได้เป็นอิสระเสรี เป็นจิตพระนิพพานเป็นจิตของพระอริยเจ้าได้ง่าย ๆ

2. สัพเพ สังขารา อนิจจา แปลว่าอะไร

แปลว่า ทุกสิ่งทุกอย่างในโลก คน สัตว์ วัตถุ ดิน น้ำ ลม ไฟ เปลี่ยนแปลงตลอดเวลาไม่หยุดยั้ง รวมทั้งความคิด ความรู้สึก ความรัก ความโกรธ ความชอบใจ ความจำ ความรู้สึกทางประสาททั่วร่างกาย คือ วิญญาณ เปลี่ยนเคลื่อนไหวไม่หยุดนิ่ง สัพเพ สังขาราในที่นี้ก็คือ ขันธ์ 5 รูปร่างกาย-วิญญาณประสาทความรู้สึก

3. สัพเพ ธัมมา อนัตตาติ แปลว่าอะไร

แปลว่า **ธรรมทั้งหลายทั้งปวง คือ กุสลาธัมมา ธรรมที่เป็นบุญกุศลและอกุสลาธรรมา ธรรมที่เป็นบาป**ทั้งหมดนี้ **มีเกิดขึ้นตั้งอยู่แล้วดับสูญไปบังคับไว้ไม่ได้ นั่นคือ อนัตตา ธรรมทั้งฝ่ายดีกุศลธรรม ธรรมฝ่ายชั่วอกุศลธรรม ทั้ง 2 อย่างนี้เป็นโลกียธรรม คือ ธรรมะช่วยเหลือกันทางโลกให้โลกอยู่กันอย่างสงบสุข แต่สุขทางโลกอย่างไรก็หนีไม่พ้นกฎของธรรมชาติ คือ อนิจจัง เปลี่ยนแปลงทุกเวลา** ทุกข์ยังมีแต่ ปัญหาให้แก้ไขและสุดท้ายก็เป็นอนัตตา คือ ผุพัง แตกสลายสูญหายตายไป ยังต้องเวียนเกิดเวียนตายอยู่ในวัฏฏสงสาร คือเป็นคน สัตว์ เทวดา ตามบุญตามบาป บาปหนักก็ไปรับกรรมชั่วในนรกโลกทั้งหมดใน โลกียธรรมไม่คงที่สูญสลายหายไปเป็นอนัตตา ไม่ขึ้นอยู่ใต้กฎข้อบังคับของใคร

ธรรมะทางโลกเป็นอนัตตา เพราะเปลี่ยนแปลงและสูญสลายหมดสิ้น โลกียธรรม คือธรรมะทางโลกมี ศีลมีการให้ทานมีเมตตา วาจาไพเราะอ่อนหวานช่วยเหลือกัน อยู่ร่วมกันในโลกเป็นสุขไม่ทุกข์จนเกินไปแต่ก็ยังไม่พ้นทุกข์

โลกุตตรธรรมไม่ใช่อนัตตาเป็นอมตะธรรม คือ จิตสะอาดโลกุตตรธรรม คือ ธรรมะที่เหนือบุญเหนือบาป ด้วยการทำจิตนิ่ง ๆ เฉย ๆ เป็นสังขารุเปกขาญาณ จิตไม่ติดในโลกธรรม 8 เป็นธรรมที่มีมาแต่ก่อนที่พระผู้มีพระภาคเจ้าจะทรงค้นพบจากการตรัสรู้ คนธรรมดาไม่อาจทราบได้จนกระทั่งมีพระโพธิสัตว์ผู้บริสุทธิ์ มีมหาเมตตา มีมหาปัญญาเป็นอัจฉริยะเลิศมนุษย์ มองเห็นทางจะออกจากภัยเวียนว่ายตายเกิด ทางที่พ้นทุกข์พัฒนาจิตคนเข้าถึงระดับ **โลกุตตรธรรม คือ เป็นธรรมะของพระอริยมรรคอริยผล เข้า**

<u>เสวยสุขอมตะตลอดกาล คือ มีพระนิพพานอยู่ในจิต จิตเป็นสุขอย่างยิ่งเพราะจิตไม่มีอวิชชา ตัณหา กิเลส อุปาทาน นิพพานแปลว่า ดับ</u> ดับจากอะไร <u>ดับจากความทุกข์ ดับจากอวิชชา ตัณหาอุปาทานและกิเลส เหลือแต่จิตกับความสุขยอดเยี่ยม</u> ดังนั้น <u>นิพพานเป็นอมตะเป็นบรมสุข</u> เป็นอิสระเสรีจากกฎของกรรม จากโลกียธรรม นิพพานพระพุทธองค์กล่าวว่า เป็น<u>เอกันตบรมสุขไม่สูญสลายว่างเปล่า โลกุตตรธรรมเป็นธรรมที่ไม่มีวันตาย ไม่สูญสลายเหมือนโลกียธรรม</u>

โลกุตตรธรรม คือ อัพยากตาธัมมาเป็นธรรมะทำให้คนพ้นโลกียธรรม ให้คนพ้นโลก พ้นจากจิตต้องมาเวียนว่ายตายเกิดในวงกลมของการเกิดแก่เจ็บตายเป็นทุกข์ พ้นโลกได้อย่างไร พ้นโลกได้โดยการยกระดับจิตเป็นจิตของพระอริยเจ้า 8 อย่าง เข้ากระแสพระนิพพาน ไม่ต้องรับสุข ทุกข์ แบบทางโลกซึ่งเป็นอนัตตาอีก เราเป็นมนุษย์ควรทำจิตใจให้เป็นโลกุตตรธรรม ส่วนทางขันธ์5 ทางกายให้เป็นโลกียธรรม คือทำหน้าที่ของความเป็นคนตามที่ทางโลกแต่งตั้งให้ทำให้ครบตามหน้าที่ให้ดีที่สุด

<u>โลกุตตรธรรม คือ ธรรมที่ทำให้จิตเป็นสุขอย่างยิ่ง</u> ทั้ง ๆที่ยังมีชีวิตอยู่ในโลกที่วุ่นวายเป็นอนัตตานี้ คือ มีจิตสงบ สะอาด สว่างไสว สบายเป็นสุขยอดเยี่ยมบรรยายเป็นตัวหนังสือไม่ได้ แม้ว่าร่างกายขันธ์ 5 ที่เป็นของโลกนี้จะแปร ปรวนเพราะมีธาตุ 4 มาประชุมกัน เรียกว่า ร่างกายจะเจ็บป่วยชำรุดทรุดโทรมทรมาน ก่อนตายก็ตาม จิตโลกุตตรธรรมหรือจิตพระอริยเจ้าจะสดใสงดงามสะอาดบริสุทธิ์ ท่านไม่เป็นทุกข์ทรมานไปกับร่างกายที่จิตมาอาศัยอยู่รับกรรมดีกรรมชั่วตามอายุขัย

โลกุตตรธรรมคือ เป็นธรรมของพระอริยเจ้าของพระพุทธเจ้า จิตของพระอริยเจ้าที่เดินทางเข้าสู่แดนทิพย์นิพพาน เป็นธรรมะหรือธรรมชาติที่เหนือกฎของกรรม อยู่เหนือกฎของธรรมชาติ คือ กฎไตรลักษณ์ จิตคนสัตว์เป็นอมตะไม่มีวันสูญสลายเหมือนขันธ์ 5 แต่จิตที่ยังไม่ใช่อริยจิตก็เวียนไปมาหาที่เกิดใหม่จนกว่า จิตจะพัฒนาเป็นจิตของพระขีณาสพเข้าเสวยสุขแดนทิพย์อมตะนิพพาน

ดังนั้นโลกุตตรธรรม คือ ธรรมะที่องค์สมเด็จพระบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงค้นพบทางแห่งความสุขที่แท้จริง จึงมิใช่อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา

เหมือนโลกมนุษย์ เทพเทวดา พรหม ท่านก็มีอนิจจัง แต่ไม่ทุกขัง มีแต่สุขอย่างเดียว แต่ก็ยังเป็นอนัตตาเปลี่ยนแปลงสูญสลายบังคับให้อยู่นิ่งไม่ได้

พระนิพพานตรงกันข้ามกับไตรลักษณ์ทุกอย่าง คือ นิจจังแน่นอนคงที่ สุขังสุขตลอดกาล ไม่ใช่อนัตตานิพพานเป็นอมตะไม่สูญสลายมีอิสระเสรีบังคับให้เปลี่ยนรูปร่างได้ จิตเป็นสุขสดชื่น ไม่ต้องทำงาน ไม่ต้องกินนอนหลับ ไม่มีกลางวัน ไม่มีกลางคืน มีกายนิพพานมีพลังงาน จะไปอยู่ในพระอาทิตย์ก็ไม่รู้สึกร้อนแต่เย็นสบาย

4. ชาวบ้านที่ฝักใฝ่ปฏิบัติธรรม ฝึกกรรมฐานแบบมโนมยิทธิ ยกจิตเข้าเฝ้าพระพุทธเจ้าที่พระนิพพานตลอดเวลา แต่ในด้านทางโลกก็ทำภาระกิจการงานตามหน้าที่ ยังมีอยู่สิ่งหนึ่งที่ชอบติด คือ ติดในความสุขสบายในด้านร่างกายเช่น ชอบนอนพักผ่อน ชอบอาหารอร่อย ชอบอยู่เงียบสงบ อย่างนี้ยังถือว่าติดในกามทางรูปรสกลิ่นเสียงหรือติดสุขทางโลกอยู่ใช่หรือไม่

ความสุขกายสบายทางกายนั้นใคร ๆก็ชอบ พระอริยเจ้าท่านก็ชอบ แต่จิตท่านก็ไม่ติดอกติดใจว่าร่างกายจะเป็นสุขสบายดีตลอดกาล นอนนานมากก็เบื่อ สุขกายได้นอนได้กินของถูกปากถูกใจก็ให้รู้ว่าชอบใจประเดี๋ยวประด๋าวแล้วก็ปล่อยไป ทุกข์กายทุกข์ใจเรื่องตาหูจมูกลิ้นกายใจมากระทบก็ให้รู้ว่า ทุกข์ไม่สบายไม่ช้าก็หายไป ถ้าไม่หายไม่ช้าร่างกายก็ตาย สุข ๆทุกข์ๆ ปะปนก็เพราะมีร่างกายขันธ์ 5 ให้ทำจิตใจเฉย ๆ คือ นิ่ง ๆเป็นสมาธิหรือเป็นฌานเข้าไว้กับของชั่วคราวในโลก จิตตั้งไว้แบบนี้เป็นการฝึกฝนทางสายกลางแบบสบาย ๆ อย่าฝืนทางกาย กายเหนื่อย อยากกินอยากนอนก็ให้มันกินมันนอน จิตเราที่เฝ้าพระพุทธเจ้าก็ให้มองมาดูร่างกายในโลกเหมือนหุ่นเคลื่อนที่ จิตเราที่ฝากไว้ในพระวรกายพระพุทธองค์เบื้องบนพระนิพพาน ส่งสัญญาณมาให้ประสาทสมองกายวาจาใจให้พูดให้ทำให้คิดดีงามเป็นปกติ

5. การบูชาพระพุทธเจ้ามีกี่ชนิด ควรบูชาแบบไหน

การบูชาพระพุทธเจ้ามี 2 ชนิดดีทั้ง 2 แบบ ควรบูชาทั้ง 2 แบบเพราะเป็นบุญบารมีที่จะเข้าถึงพระนิพพานได้ง่ายสบายและรวดเร็ว

1. อามิสบูชา บูชาด้วยการสร้างพระพุทธรูป ซ่อมแซมพระเจดีย์กราบไหว้พระบรมสารีริกธาตุ กราบไหว้รอยพระพุทธบาทด้วยดอกไม้ธูปเทียนของหอม ถวายเงินทองสร้างวัดวาอารามสละเงินทองสร้างหนังสือธรรมะสร้าง-

หนังสือพระไตรปิฎกถวายข้าวพระพุทธเจ้าเป็นต้นดีทั้งนั้น อานิสงส์อย่างต่ำไปสวรรค์ ไม่ตกนรก อย่างสูงจิตเป็นฌานไปเกิดพรหมโลก อย่างเก่งไม่ปรารถนามาเกิดในโลกมนุษย์สวรรค์พรหม เราบูชาพระพุทธเจ้าเพื่อพระนิพพาน ตายแล้วด้วยบุญกุศลบูชาพระพุทธเจ้าจิตมั่นคงในพระนิพพานก็ไปเสวยสุขชั่วนิรันดรที่พระนิพพานได้ง่าย

2. การบูชาพระพุทธเจ้าด้วยการปฏิบัติบูชา ดีกว่าอามิสบูชา การปฏิบัติบูชามีหลายรูปแบบ คือ แบบกรรมฐาน 40 แบบฝึกมหาสติปัฏฐานสูตร แบบใดแบบหนึ่งดีทั้งนั้น แบบมโนมยิทธิก็ยิ่งดียกจิตออกจากกายเข้าเฝ้า ขอพระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสสอน โดยตรงเป็นพระอริยเจ้าได้ง่ายว่องไว เพราะเห็นพระพุทธเจ้าเห็นพระนิพพานแล้ว อวิชชาหมดไปทันที อวิชชาหมดสังโยชน์กิเลสตัวร้าย 10 ตัวก็หมดไป ผู้ที่ยังไม่ได้มโนมยิทธิก็ปฏิบัติด้วย มีทาน ศีล ไหว้พระสวดมนต์ภาวนา เห็นทุกอย่างในโลกเป็นของแปรปรวนชั่วคราวเป็นของที่มีภาระกิจหาเลี้ยงชีพ ทุกข์ยากลำบากมีความเจ็บป่วยเสื่อมสลายคิดแบบนี้ทุกวันเป็นทั้งสมาธิ วิปัสสนา ก็ได้ชื่อว่า ท่านปฏิบัติบูชาองค์พระบรมศาสดาของท่านแม้ผู้ที่ท่านนับถือพระศาสนาใด ๆ ก็ตามในโลกท่านบูชาพระศาสดาของท่านองค์ใดองค์หนึ่งก็เป็นบุญกุศลให้ท่านมีความสุขกายสุขใจ ตายแล้วจิตท่านก็ไปเฝ้าไปอยู่กับพระศาสดาของท่านเป็นสุขมากกว่าเป็นคนหลาย ๆล้านเท่า

การบูชาพระพุทธเจ้าทั้ง 2 ชนิดนี้ ถ้าเราไหว้พระพุทธเจ้า พระศาสดาองค์ใด ๆ ก็ถึงพระพุทธเจ้าและถึงพระศาสดาองค์นั้นได้ทุกที่ เพราะตั้งจิตนึกตรงถึงพระพุทธองค์และพระศาสดาเป็นทั้งสมาธิและปัญญาควรบูชาทั้งสองแบบ

6. ผู้ที่เจริญกายานุปัสสนามหาสติปัฏฐานนั้นจะพิจารณาอย่างไรเพื่อให้เห็นกายภายนอกบ้างเห็นกายภายในบ้าง

คิดได้ 2 แบบ แบบไหนก็ดีทั้งนั้นแล้วแต่จะเลือกเอาคือ

1. คิดดูกายภายใน คือ อทิสมานกายของเรา คือจิตที่ตามองไม่เห็นแต่เป็นกายละเอียดที่อาศัยกายหยาบอยู่ พิจารณาอทิสมานกายในเราว่าคิดดี คิดชั่ว มีความมั่นคงในพระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้าหรือไม่ จิตไปผูกพันกับกายภายนอกคือ ขันธ์ 5 รูปนามที่อทิสมานกายอาศัยอยู่ชั่วคราวหรือไม่

2. ดูกายภายในขันธ์ 5 เรา เอาจิตดูขันธ์ 5 เราขันธ์ 5 ของคนอื่นว่าสกปรก ผุพัง เร่าร้อน ตายกันทั้งเราและเขา

7. บารมี 10 อย่างนี่ทุกคนจะต้องทำหรือเฉพาะเจาะจงแต่พระโพธิสัตว์ผู้ปรารถนาเป็นพระพุทธเจ้า

บารมี 10 แปลว่า ความตั้งใจดี 10 อย่างที่จะพ้นจากการเวียนว่ายตายเกิด ทุกคนทุกท่านจะปรารถนาจะพ้นจากความทุกข์เข้ากระแสพระนิพพานได้ ก็ต้องมีความตั้งใจจริงไม่ใช่เฉพาะพระโพธิสัตว์ แต่ถ้าเป็นสาวกก็บำเพ็ญบารมีเต็มอย่างใดอย่างหนึ่งในชาติเดียว อีก 9 บารมีก็เต็มไปด้วยไม่ต้องเกิดบำเพ็ญแต่ละบารมีเช่นพระโพธิสัตว์ เช่นเราทำทานบารมี มีจิตสงเคราะห์ช่วยเหลือทำบุญให้ทานเต็ม 100% โดยไม่เสียดายทรัพย์หรือชีวิตเพื่อมุ่งพระนิพพาน ศีลบารมีก็เต็ม เนกขัมมะบารมี คือจิตไม่มีนิวรณ์ 5 รบกวนก็เต็ม ปัญญาบารมีความฉลาดก็เต็ม วิริยบารมี ความขยันหมั่นเพียรในการเอาชนะความโลภ ความโกรธ ความหลงก็เต็ม สัจจบารมี คือ ความตั้งใจจริงที่จะเข้าถึงพระนิพพานในชาตินี้ก็เต็ม เต็มหมายถึง จริงใจ ขันติบารมี ความอดทนต่อความทุกข์ยากในการทำบุญทำทานก็ไม่ย่อท้อมีเต็มเปี่ยม อธิษฐานบารมี คือ ตั้งจิตมุ่งตรงพระนิพพานไม่วอกแวกไปไหนอีกก็เต็ม เมตตาบารมี ก็เต็มเปี่ยม เพราะผู้ที่ให้ทาน ได้ คือ จิตมีเมตตาสงสารอยากเกื้อกูล ข้อสุดท้าย คือ อุเบกขาบารมีก็มีเต็มเปี่ยม คือ ให้ทานไปแล้วจะมีใครโจมตีต่อว่าหรือว่ามีใครชื่นชมสรรเสริญ ท่านก็เฉยถือว่าท่านสละให้ไปแล้วเป็นการตัดความโลภไปในตัว

8. การให้ทานเป็นปัจจัยไปพระนิพพานได้หรือไม่

การให้ทานเป็นปัจจัยไปพระนิพพานง่ายมาก เพราะผู้ที่พร้อมที่จะให้ทาน คือ ผู้มีเมตตาธรรม ผู้มีเมตตาคือผู้มีศีล 5 ครบ ไม่ต้องการเบียดเบียนใคร ผู้ให้ทานเป็นผู้มีปัญญาเห็นว่าการสละทรัพย์สิ่งของเป็นของดี สละกิเลสความโลภไปอย่างไม่รู้ตัวหรืออย่างง่าย ๆ ผู้ที่สละเป็นผู้ไม่ต้องการสะสมทรัพย์มากนัก มีปัญญาเห็นว่าไม่ช้าตัวเราก็ต้องตาย แต่ก่อนตายก็สงเคราะห์ผู้อื่นด้วยการให้ทาน ผู้ให้ทานมีความฉลาดรอบรู้ว่ายิ่งให้ทานออกไปยิ่งมีความร่าเริง สุขใจจากที่ได้ช่วยสงเคราะห์ผู้อื่น ผู้ที่ให้ทานที่ฉลาดจะปรารถนาพระนิพพาน ท่านไม่ปรารถนาต้องการลาภ ยศ สรรเสริญหรือเกิดมามีรูปสวยรวยทรัพย์ ท่านมีปัญญาไม่ต้องการเกิดเป็นเทวดาหรือพรหม ถึงแม้ว่าจะเป็นสุขกว่าคนหลายล้านเท่าแต่ก็เป็นสุขชั่วคราว สุขตลอดกาลไม่ต้องบำเพ็ญบารมีอีกคือพระนิพพาน ผู้ให้ทานเป็นผู้ร่ำรวยมาก ยิ่งให้ทานผลจากการให้ทาน ทำให้

ไม่ยากจนทั้งอริยทรัพย์และโลกียทรัพย์

9. การให้ทานมีกี่ชนิด กี่อย่าง

การให้ทานมี 3 ชนิด ตามบุญบารมีตามความตั้งใจของผู้ให้ทาน

1. ทานบารมีต้น คือให้ทานด้วยวัตถุสิ่งของเงินทอง

2. ทานบารมีกลาง คืออภัยทานไม่โกรธตอบผู้ทำร้ายตนเองให้อภัยเพราะเมตตาเขา

3. **ปรมัตถบารมี คือให้ทานภายในเป็นทานสูงสุดในพระพุทธศาสนา คือ จิตเราสละละทิ้งขันธ์ 5ร่างกายเราเอง ไม่สนใจกายเรา กายเขาอีกต่อไป คือทานร่างกายที่ยังมีชีวิตอยู่นี้ให้กลับคืนให้เป็นของธรรมชาติเดิมธาตุแท้ของเรามาจากธาตุดิน น้ำ ลม ไฟ** จากอาหารก็จากดินซากพืชซากสัตว์จากน้ำดื่ม ลมหายใจ คือ อากาศ ธาตุไฟคือไฟธาตุความอบอุ่นพลังงานที่เกิดจากการเผาผลาญอาหารจิตไม่ยึดถือไว้เป็นของจิตเราอีกต่อไป หรืออีกอย่างคือสภาวะที่จิตเราแยกออกจากกายที่จิตอาศัยอยู่ชั่วครู่ชั่วยามนี้เอง สละขันธ์ 5 ร่างกายทานคืนให้ไปเป็นของธรรมชาติ ไม่ใช่ว่าฆ่าตัวเองหรือทรมานร่างกายไม่กินข้าวกินน้ำ ไม่หายใจไม่ใช่แบบนั้น

จิตที่แยกออก ไม่เอากายเป็นของตน แต่จิตก็ยังทำหน้าที่ดูแลกายไม่ให้สกปรกเลอะเทอะหรือทุกข์ทรมานเกินไปเจ็บป่วยก็พักผ่อนดูแลรักษาตามหน้าที่ ตายแล้วจิตเราแยกจากกายเด็ดขาด ไม่อาลัยที่จะเกิดมีร่างกาย คนสัตว์ร่างเทวดา พรหมก็ไม่ต้องการ จิตมุ่งธรรมกายหรือกายนิพพานอย่างเดียว

10. การให้ทานร่างกายหรือเซ็นต์ชื่อมอบร่างกายให้โรงพยาบาลมหาวิทยาลัย-แพทย์ศาสตร์ให้นักศึกษาแพทย์ได้ชำแหละศพเป็นการศึกษานั้นเป็นทานชนิดไหนมีบุญอานิสงส์อย่างไร

การมอบร่างกายตนเองเมื่อตายแล้วให้นักศึกษาแพทย์ได้ศึกษานั้นเป็นทานขั้นต้น คือวัตถุทาน ไม่ใช่ปรมัตถทาน เพราะศพร่างกายนั้นถือว่าเป็นวัตถุหรือร่างกายที่ใช้ไม่ได้แล้ว คนเขาจะเอาไปฝังไปเผาทิ้งแล้วเป็นเหมือนขยะที่เหม็นเน่าอย่างหนึ่ง อานิสงส์ก็คือ วัตถุทานผลตอบแทนก็เกิดเป็นคนไม่ยากจน ถ้ามีจิตเมตตาเคารพพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์หรือพระศาสดาองค์ใดองค์หนึ่งในศาสดาใดก็ตามก็มีผลไปเกิดเบื้องบนสวรรค์ได้ แต่การตั้งจิต

ไม่ยึดติดชีวิตร่างกายก่อนตาย เป็นการไม่ยึดติดผูกพันกับร่างกายตอนมีชีวิตอยู่ดีที่สุด เป็นปัญญาตัดความหลงได้

11. ในบรรดาวัตถุทาน ทานแบบไหนมีอานิสงส์มากที่สุด

วัตถุทานทุกชนิดเป็นของดีเพราะตัดกิเลสความโลภได้ง่าย พวกเราควรทำทุกอย่างเพราะอานิสงส์แตกต่างกัน มีผลหลายอย่าง ก็ป้องกันความทุกข์หลายแบบ คือ มีความสุขทุกรูปแบบนั่นเอง ตราบใดที่เรายังคงเวียนว่ายตายเกิด ผลของวัตถุทานก็ยังให้ผลให้เรามีกินมีใช้มีบริวาร จนกว่าเราจะเข้าถึงพระนิพพานก็ไม่ยากหรือลำบาก วัตถุทานแก่คนยากเข็ญใจและสัตว์ทุกชนิด คือเป็นคนมีเมตตามีผลดี คือเป็นที่รักใคร่ของคนสัตว์และเทวดารักษาไม่มีภัยมีแต่คนเมตตาเรา วัตถุทานแก่พระสงฆ์ในพระพุทธศาสนา มีผลเกิดชาติใดไม่มีวันยากจน ให้อาหารถวายพระสงฆ์ก็มีอานิสงส์ให้ร่างกายแข็งแรงไม่มีโรคไม่อดอยากหิวโหย

วัตถุทานสร้างวัดวาอาราม คือ วิหารทาน อานิสงส์ทั้งชาตินี้มีบ้านอยู่ ชาติหน้ามีวิมานเบื้องบนสวรรค์เป็นที่อยู่มีความสุขมาก วัตถุทานที่สูงสุดที่มี**อานิสงส์สูงสุดในบรรดาวัตถุทาน คือ ธรรมทาน ดังที่พระพุทธองค์ตรัสไว้ว่า การให้ธรรมทานชนะการให้ทั้งปวง** ในพระพุทธศาสนาหรือในโลกเพราะเป็นการให้ธรรมเป็นการให้ผู้อื่นเข้าใจในธรรมชาติ มีปัญญาดีฉลาดมีผลให้เข้าถึงพระนิพพานได้โดยง่าย ธรรมทานนี้ก็ง่ายคือให้เงินเพื่อพิมพ์หนังสือโลกุตตรธรรม แจกจ่ายผู้ที่สนใจในธรรม ถวายเงินพระสงฆ์เพื่อให้ท่านได้ทำงานเผยแพร่ธรรมะหรือการพูดสนทนาตอบปัญหาธรรม ให้ผู้อื่นได้เข้าใจถูกต้องในพระธรรมจะได้ไม่ต้องหลงวนเวียน ตายเกิดเห็นหนทางพ้นทุกข์ไปพระนิพพานต่อไป เหมือนชี้แนะแนวทางให้ผู้คนเดินทางเข้าถูกทางพระนิพพานนั่นเอง

12. ทุกข์มีอะไรเป็นสาเหตุ

สาเหตุของความทุกข์คือ **จิตไปยึดติดร่างกาย แล้วโมเมโปเปเอาว่าร่างกายเป็นส่วนเดียวกันกับจิต** ลองหัดแยกจิตเล่น ๆ แยกออกจากร่างกาย จะรู้ว่าร่างกายมันหิว มันร้อนเหนื่อย เจ็บปวดจะสกปรกทรุดโทรมหนาวเย็นอย่างไรก็เป็นเรื่องของร่างกาย จิตเพียงแต่รับรู้เฉย ๆนิ่ง ๆ ไม่ทุกข์ไม่ร้อนก็หาของ

บรรเทาความทุกข์ของร่างกายไม่ให้มันทรมานจนเกินไป ร่างกายมันเปลี่ยนแปลงสึกหรอตายตามเรื่องของกฎธรรมชาติต้องเสื่อมสลาย จิตใจไม่ได้แก่สึกหรอหรือตายตามร่างกาย

13. ทุกข์มาจากไหน

ทุกข์ มาจากความรู้สึกของจิตใจเราที่ควบคุมร่างกายอยู่ ความจริงร่างกายของคนมันไม่รู้เรื่องมันไม่รู้จักกลัวตาย มีสภาพเหมือนท่อนไม้มันทรุดโทรมสึกหรอเป็นปกติ ร่างกายไม่มีความรู้สึก มันมีความรู้สึกจากจิต คือ ความนึกคิดที่มีกำลังเหนือระบบร่างกาย สั่งให้ร่างกายนั่ง ยืน เดิน นอน ความจริงร่างกายมันไม่ได้สั่งจะให้มันกินหรือไม่ให้มันก็ไม่ได้บ่นว่าอะไร จิตมันเข้าไปรับทราบความขาดอาหารของร่างกาย ถ้าจิตออกจากร่างกายๆมันก็ไม่ทุกข์ ตอนที่ถอดจิตหรือเข้าฌาน 4 ถ้าจิตเราแยกออกจากกายเด็ดขาดเป็นฌาน 4 ความจริงจิตก็อยู่ในกาย แต่จิตไม่ยอมรับรู้เรื่องประสาท ทางร่างกาย ถ้าเราได้มโนมยิทธิ ถอดอทิสมานกายกายในออก ไปจะเห็นว่ากายอยู่เฉย ๆ ไม่รู้สึกรู้ทุกข์ ยุงกัดหรือมีเสียงดังร่างกายไม่รู้เรื่อง ที่เป็นทุกข์ก็เพราะเอาจิตเข้าไปเกาะร่างกายกลายเป็นอุปาทาน คือ หลงใหลคิดว่าร่างกายคือจิต จิตคือกายอันเดียวกัน จริงๆแล้วเป็นคนละส่วน จิตส่วนจิต จิตนี้ไม่ตาย ร่างกายตายแน่นอน

14. ทุกข์มีกี่อย่างอะไรบ้าง

ตามที่องค์สมเด็จพระพิชิตมารบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้า สอนไว้ในพระไตรปิฎกว่าโลกทั้งโลกเต็มไปด้วยความทุกข์ **<u>แต่ทุกข์จริง ๆ ก็มาจากจิตของเราที่ไปยึดติดกับของที่เป็นทุกข์ คือ ยึดติดร่างกาย และสมบัติของโลก ทุกข์ในโลกที่เป็นประจำตลอดเวลาคือ นิพัทธทุกข์</u>** ทุกข์ที่หลีกไม่พ้นคือ

1. <u>สภาวทุกข์</u> ทุกข์ประจำร่างกายขันธ์ 5 คือ เกิด แก่ เจ็บ ตาย

2. <u>ปกิณณทุกข์</u> ทุกข์ที่เข้ามาหาชั่วครั้งชั่วคราวคือ โศกเศร้า เสียใจ คร่ำครวญผิดหวัง

3. <u>นิพัทธทุกข์</u> ทุกข์เนืองนิตย์ คือ หนาว ร้อน เหนื่อย หิวกระหาย ปวดอุจจาระ ปัสสาวะ

4. <u>พยาธิทุกข</u> ทุกข์จากการเจ็บไข้ได้ป่วย ร่างกายเป็นโรคทรุดโทรมสึกหรอ

5. <u>สันตาปทุกข์</u> ทุกข์ร้อนรุ่มจากไฟความโกรธ ความโลภ ความหลงใหลยึดติด

6. <u>วิบากทุกข์</u> ทุกข์จากผลบาปกรรม ตามสนองเช่น ไฟไหม้ น้ำท่วม โจรผู้ร้าย

7. <u>สหคตทุกข์</u> ความทุกข์ที่เกิดจากโลกธรรม 8 คือ เสื่อมยศ มีคนให้ร้ายนินทา ลาภหาย ทุกข์กายใจ เจ็บป่วย ทุกข์เพราะยากจนเข็ญใจ

8. <u>อาหารปริยฎฐทุกข</u> ทุกข์เหนื่อยยากลำบากกายใจต้องแสวงหาเงินทองซื้ออาหารเพื่อยังชีพ

9. <u>วิวาทมูลกทุกข</u> ทุกข์จากการทะเลาะวิวาท ความเห็นไม่ตรงกัน

10. <u>ทุกข์ขันธ</u> ขันธ์ 5 รูปกาย-นามกาย เป็นทุกข์เพราะแปรปรวนแตกสลายเป็นภาระหนัก

15. ปุถุชนกับอริยชนแตกต่างกันอย่างไร

ขอตอบตามพระไตรปิฎกที่พระผู้มีพระภาคเจ้าตรัสไว้ดังนี้

" ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย ปุถุชนหมายถึง ผู้ที่มีจิตเต็มไปด้วยกิเลสตัณหาอุปาทานอกุศลกรรม เมื่อมีทุกขเวทนาทางกาย ย่อมเศร้าโศก ลำบากใจ คร่ำครวญ พิไรรำพัน มีความทุกข์ทั้งกายทั้งใจ"

"ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย อริยชน เมื่อมีทุกขเวทนาทางกาย ก็รู้ว่ามีทุกข์เวทนาทางกายส่วนเดียว เจ็บกายอย่างเดียว แต่ไม่เศร้าโศก คร่ำครวญ ลำบากใจ เสวยทุกขเวทนาทางกายอย่างเดียว แต่จิตไม่ทุกข์ จิตมีอารมณ์เฉยเป็นอุเบกขาญาณเป็นอารมณ์วิปัสสนา คือ ความรู้ความฉลาดตามความจริง"

ปุถุชน หลังตายมีที่ไปไม่แน่นอน ถ้าจิตคิดดีคิดทางบุญกุศลก็ไปเกิดที่ดี จิตปุถุชนเป็นทุกข์เศร้าหมอง ก่อนตายจิตก็ไปเสวยทุกข์ต่อทางนรก เปรต อสุรกาย สัตว์เดรัจฉาน เป็นต้น ตามบาปกรรมที่ทำไว้

อริยชน จิตท่านมีที่ไปแน่นอน คือ ทางที่เป็นสุขมีสวรรค์ พรหม นิพพาน ตามบุญบารมีของจิตสะอาดมากสะอาดน้อยของท่านเป็นขั้นมี 8 ขั้น

16. พระอริยบุคคล 8 ขั้นมีอะไรบ้าง

พระอริยบุคคลหรือพระอริยสาวกมี 8 ขั้นดังนี้

1. พระโสดาบันปัตติมรรค 2. พระโสดาบันปัตติผล

3. พระสกิทาคามีมรรค 4. พระสกิทาคามีผล
5. พระอนาคามีมรรค 6. พระอนาคามีผล
7. พระอรหัตตมรรค 8. พระอรหัตตผล

17. อารมณ์จิตของพระโสดาบันเป็นอย่างไร

อารมณ์จิตของพระโสดาบันก็คล้ายกับชาวบ้านชั้นดี ยังอยากรวย อยากสวย มีโกรธ มีโลภ มีหลง แต่ท่านมีศีล 5 ครบ ท่านมีอธิศีลสิกขา รักษาศีล 5 ยิ่งกว่าชีวิต ยอมตายไม่ยอมผิดศีล มีจิตมั่นคงในศีล 5 ไม่ยอมฆ่าสัตว์ ลักทรัพย์ ละเมิดความรักผู้อื่น ไม่พูดปดไม่ดื่มสุรา เล่นพนันหรือติดยาฝิ่นยาบ้า พระโสดาบันมีอารมณ์รักพระนิพพาน เบื่อการเกิดเป็นคนเทวดาหรือพรหม พระโสดาบัน มีความเคารพรักศรัทธาในพระพุทธเจ้า ในพระธรรมในพระอริยสงฆ์อย่างแท้จริง และอารมณ์วิปัสสนาญาณของพระโสดาบันในอริยสัจ 4 คือ เห็นว่า ร่างกายคนสัตว์เต็มไปด้วยความทุกข์ยากลำบากแถมเดินเข้าหาความตายตลอดเวลา

พระโสดาบันท่านตัดกิเลสเครื่องร้อยรัดใน 3 ข้อแรกของสังโยชน์ 10 ได้

1. ตัดสักกายทิฏฐิได้เบา ๆ คือ รู้ตัวว่าจะตายไม่ตกใจ
2. ตัดวิจิกิจฉา เคารพเชื่อฟัง พระพุทธ พระธรรม พระอริยสงฆ์ไม่สงสัย
3. ตัดสีลัพพตปรามาสได้ คือไม่ลูบคลำศีล มีศีล 5 ครบในใจไม่ตื่นไม่ถือโชคลางหรือติดในพิธีข่าวมงคลหนักแน่นในศีล 5 ครบ

18. อารมณ์จิตของสกิทาคามีเป็นอย่างไร

อารมณ์จิตของพระอริยเจ้าขั้นสกิทาคามี ก็มีเครื่องวัดเหมือนพระโสดาบัน คือ สังโยชน์ 3 ข้อแรกได้แต่หนักแน่นละเอียดกว่าพระโสดาบัน คือ เพิ่มด้วยมีกรรมบท 10 ครบถ้วนเพิ่มจากศีล 5 ข้อครบ ความ โลภ ความโกรธ ความหลงในร่างกายมีน้อยกว่า พระโสดาบัน กรรมบถ 10 ก็เพิ่มจากศีล 5 ข้ออีก 5 ข้อคือ ไม่เพ่งอยากได้ของใคร คือ ไม่โลภ มีความเห็นถูกตรงทางพระนิพพาน คือ มีปัญญาเห็นว่าพระนิพพานไม่สูญ พระนิพพานไม่ใช่อนัตตา จิตไม่ตายตามขันธ์ 5 มีนรก สวรรค์ พรหม มีพระนิพพานจริง มีโลกนี้โลกหน้าตามพระพุทธองค์ทรงสอน มีวาจาไพเราะ พูดแต่ที่มีสาระประโยชน์ ท่านมีวิปัสสนา

ญาณเห็นโลกเป็นทุกข์ อนิจจัง อนัตตา ไม่กลัวตาย ทำความดีเพื่อพระนิพพาน แดนทิพย์ ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดต่อไป

19. อารมณ์จิตของพระอนาคามีเป็นอย่างไร

อารมณ์จิตของพระอนาคามีผลมีดังนี้

1. มีศีล 8 ครบ กินน้อยอิ่มนาน เคารพพระรัตนตรัย ไม่สงสัยในพระพุทธเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์

2. ตัดสักกายทิฏฐิ เห็นว่าร่างกายมีแต่สิ่งสกปรกเน่าเหม็นคาว ตลอดเวลา ชำระล้างก็ยังเหม็นเพราะในกายมีแต่ของโสโครก ร่างกายเต็มไปด้วยความทรุดโทรมผุพัง ตายตลอดเวลา ตายตั้งแต่วัยเด็กเข้าสู่วัยผู้ใหญ่ ตายจากวัยผู้ใหญ่เข้าวัยชรา

3. พระอนาคามีหมดกามราคะ อารมณ์ทางเพศหมดไปเพราะรังเกียจความสกปรกโสโครก เหม็นเบื่อร่างกาย ความรู้สึกทุกสิ่งทุกอย่างในโลกนี้ไม่มีอะไรดี ไม่มีอะไรสวยงาม

4. ตัดความโกรธได้ไม่มีปฏิฆะ ความไม่พอใจไม่มี มีแต่ความเมตตาคนสัตว์ทั้งโลก ยิ้มแย้มแจ่มใส

5. มีจิตต้องการอย่างเดียวในพระนิพพาน ไม่มาเกิดเป็นคนอีก

20. อารมณ์สังขารุเปกขาญาณของพระอรหันต์เป็นอย่างไร

ตามที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อพระราชพรหมยานท่านสอนไว้ดังนี้ อารมณ์สังขารุเปกขาญาณของพระอรหันต์นี่เป็นอารมณ์วิปัสสนาขั้นสูงสุด เราปฏิบัติวิปัสสนาญาณก็เพื่อต้องการตัวสุดท้ายนี้ คือ สังขารุเปกขาญาณ คือ อารมณ์เฉย ๆ ไม่หวั่นไหว ในขันธ์ 5 ไม่หวั่นไหวในเรื่องร้ายใด ๆทั้งสิ้น ไม่กลัวตาย อารมณ์เฉยเป็นหนึ่งไม่ว๊อกแว๊ก นิวรณ์ 5 ไม่สามารถรบกวนจิตพระอรหันต์ได้แล้ว กิเลสสังโยชน์10 ตัวไม่มีในจิต อารมณ์จืดหมด อารมณ์ละปล่อยวางไม่มีเพราะไม่มีอะไรจะละจะปล่อยวาง มันปล่อยละวางไปหมดแล้ว อารมณ์สบาย ๆ เห็นคนสวยก็เฉย เห็นความร่ำรวยเห็นการยั่วให้โกรธก็เฉย ไม่มีห่วงใยใครทั้งสิ้น วิปัสสนาญาณทั้ง 9 หรือทั้ง 16 ก็มารวมอยู่ที่สังขารุเปกขาญาณทั้งหมด เป็นอารมณ์วิปัสสนาขั้นสูงสุดอารมณ์พระอรหันต์มีความต้องการอย่างเดียว ต้องการให้คนทั้งโลกมีความสุขสบาย คือ ไม่เป็นทาสของร่างกาย ซึ่งมี

อวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน บาปกรรมเป็นผู้สร้างร่างกายขึ้นมา

พระอรหันต์หมดกิเลสสังโยชน์ 10 หมดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน แต่ตราบใดที่ จิตพระอรหันต์ยังทรงอยู่ในขันธ์ 5 คือ ยังไม่ตาย จิตท่านก็รู้อาการทุกข์ของร่างกายทุกอย่าง เช่น หิวข้าว เหนื่อย นอนไม่หลับ ปวดท้องขี้ ปวดท้องเยี่ยวเจ็บป่วย เป็นปกติของร่างกาย **จิตของท่านพระอรหันต์ก็ไม่ได้สูญสลายหายไปไหนเพราะจิตของท่านไม่ใช่อนัตตา** จิตท่านเป็นสุขด้วยการวางเฉยในทุกข์ของขันธ์ 5 ร่างกาย ถึงป่วยเจ็บก็ไม่รำคาญ ไม่คิดทำลายร่างกาย พระอรหันต์ถ้ายังมีชีวิตอยู่ ถ้าความสามารถยังมีก็อยู่สร้างความดีให้โลกเป็นสุข คือท่านอยู่เพื่อสงเคราะห์ผู้อื่น จิตพระอรหันต์ที่ยังมีชีวิตอยู่ในขันธ์ 5 เรียกว่า **สอุปาทิเลสนิพพาน**

จิตพระอรหันต์ที่ขันธ์ 5 ร่างกายสูญสลายตายแล้ว จิตท่านเข้าเสวยสุขแดนทิพย์พระนิพพาน เรียกว่า อนุปาทิเสสนิพพาน

จิตพระผู้มีพระภาคเจ้า จิตพระอรหันต์สาวกท่านก็ยังดูแลช่วยเหลือพวก พุทธบริษัทที่ตั้งใจปฏิบัติเพื่อพระนิพพาน โดยการมาสั่งสอนแนะนำให้เข้าใจในโลกุตตรธรรม เข้าใจพระนิพพานถูกต้องโดยทางมโนมยิทธิบ้าง ทางดลจิตดลใจให้คิดชอบบ้างและทางฝันบ้าง

21. พระอรหันต์มีอารมณ์หรือไม่มีอารมณ์อย่างไร

พระอรหันต์แปลว่าผู้ไกลจากกิเลสเครื่องเศร้าหมองพระอรหันต์มีอารมณ์เป็นสุขอย่างเดียว สุขในความวางเฉยอารมณ์ของพระอรหันต์ไม่เห็นอะไรในโลกนี้เป็นเราเป็นของเรา ไม่เห็นว่าอะไรในโลกนี้เป็นของเลว ทั้งนี้พระอรหันต์ยอมรับนับถือกฎแห่งความเป็นจริงว่าธรรมดาของโลกนี้เป็นอย่างนี้ ทุกสิ่งทุกอย่างเป็นธรรมดาไปหมด ไม่มีอะไรเป็นเครื่องสะเทือนใจ เขาชมเขาว่าก็ไม่ดีใจ เสียใจเขาด่าก็ไม่สะเทือนใจ อะไร ๆ เกิดขึ้นมาร้ายหรือดี ท่านพระอรหันต์ก็เห็นเป็นเรื่องธรรมดาของโลก จิตของพระอรหันต์สะอาดสดใสเพราะมีพระรัตนตรัยอยู่ในใจตลอดเวลา จิตมีความสุขสบายเพราะมีพระนิพพาน จิตของพระอรหันต์นิ่งเฉยไม่สะดุ้งสะเทือนเป็นปกติ เพราะความวางเฉยในทุกสิ่งทุกข์อย่างใด ๆ ในโลก ดังนั้นพระอรหันต์ท่านมีอารมณ์เป็นสุขอย่างเดียวทั้งๆที่ร่างกายท่านก็เป็นทุกข์มีโรครบกวนทรมานเหมือนปุถุชน

แต่จิตท่านไม่มีความทุกข์

22. พระนิพพานมีสภาพสูญจากทุกสิ่งทุกอย่างหรือไม่

พระนิพพานไม่มีวันสาปสูญเหมือนโลกมนุษย์พระนิพพานไม่ใช่อนัตตา พระนิพพานเป็นอมตะ จะเปลี่ยนรูปลักษณ์กายทิพย์นิพพานได้สารพัด พระนิพพานว่างสูญจากความทุกข์ กิเลส ตัณหา อุปาทาน บาปกรรมตามไม่ถึง พระนิพพานสูญจากขันธ์ 5 รูป-นาม ธาตุ 4 ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่มีจักรวาลใด ๆ ไม่มี พระนิพพานเป็นแดนทิพย์วิเศษสุด พระนิพพานมีสภาพงดงามแจ่มใส ไม่มีไฟไม่มีดวงอาทิตย์เป็นแดนอมตะถาวร มีจิตหรือกายทิพย์นิพพานของพระพุทธเจ้าหลายแสน พระปัจเจกพระพุทธเจ้า พระอรหันต์เจ้าหลายล้านมากมาย บริเวณกว้างใหญ่ไพศาลไม่มีพรมแดนเขตแดน

กายธรรมกายนิพพานของพระพุทธเจ้า ใหญ่กว่าโลกเราหลายร้อยเท่า จิตทิพย์กายทิพย์ไม่มีการเคลื่อนย้ายไปไหน เหมือนเทวดาหรือพรหม กายนิพพานเป็นอิสระเสรีจะไปเที่ยว นรก โลก จักรวาลที่ไหนก็ได้เพราะไม่มีการตายการเกิดการแก่อีกต่อไป จิตพระนิพพานมีอภิญญาพลังงานมหาศาลมีความสุขเลิศล้ำมีความสุขสดชื่นเบิกบานเป็นปกติ จิตท่านจะมีความห่วงอย่างเดียวว่าเมื่อไร คนสัตว์ วิญญาณทุกรูปนาม จะมีจิตฉลาดเดินถูกทางสายพระนิพพาน แต่จิตท่านก็ไม่ทุกข์ ท่านมีเมตตาต่อสัตว์ทั่ว 3 โลก

จากพระไตรปิฎกฉบับประชาชนหน้า 105 ลักษณะที่สุดแห่งทุกข์ คือ ลักษณะของพระนิพพานพระผู้มีพระภาคเจ้าทรงชี้แจงแก่พระภิกษุทั้งหลาย ลักษณะของพระนิพพานว่า ดูก่อนภิกษุทั้งหลาย อายตนะ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กายทิพย์ จิตทิพย์นั้นมีอยู่ในพระนิพพาน แต่ในกายทิพย์นิพพานนั้นไม่มีวัตถุ ดิน น้ำลม ไฟ ไม่มีอากาศ ไม่มีวิญญาณความรู้สึกทางประสาท ไม่มีความเสื่อมสูญสิ้นสลาย ไม่มีประสาทความทรงจำ ไม่มีโลกนี้ คือ ชาตินี้ ชาติหน้าไม่มีพระอาทิตย์ พระจันทร์ ไม่มี มิใช่การมาเกิด มิใช่การ ไปการตาย มิใช่ตั้งอยู่เฉย ๆ มิใช่เปลี่ยนแปลง มิใช่ทุกข์ ไม่มีอารมณ์แปรปรวน เป็นที่หมดทุกข์แล้ว คือ อายตนะนิพพาน คือ มีรูปกายทิพย์นิพพานอยู่ในจิตที่สะอาดปราศจากกิเลส สังโยชน์ 10

ประวัติของ คุณสุพรรษา แก้วฝ่ายนอก

ที่อยู่ปัจจุบัน 100/222 หมู่ 3 ตำบลสะเหม็ด
บ้านเทพสถิต ซอย 2 นนอ่างศิลา อ.เมือง ชลบุรี 2000
โทร 038-383-351 มือถือ 01-507-0908

บิดาชื่อ นายสังข์ทอง แก้วฝ่ายนอก มารดาชื่อ นางสวาท แก้วฝ่ายนอก มีพี่น้อง 5 คน ดิฉันเป็นบุตรคนที่ 3 จบการศึกษาประถมศึกษาชั้นปีที่ 4 โรงเรียนชุมชน บ้านชนบท จังหวัดขอนแก่น

ดิฉันเกิดมา แทบจะไม่ได้เรียนหนังสือเลยเพราะต้องช่วยคุณพ่อคุณแม่ทำไร่ ทำนา เก็บผักไปขายที่ตลาดเพื่อให้พี่น้องได้เรียนหนังสือ ครอบครัวชอบทำบุญ แต่ไม่มีเวลาที่จะทำบุญ คุณแม่สอนให้ดิฉันอนุโมทนาบุญกับคนที่มาทำบุญดิฉันเคยถามคุณแม่ว่า คนเราเกิดมาทำไม คุณแม่ตอบว่า "เกิดมาใช้กรรมดีกรรมชั่ว" ตอนนั้นดิฉันคิดในใจว่ากรรมนี้ต้องหมด เพราะเราได้ใช้หนี้กรรมไปแล้ว มันต้องมีที่ที่ไม่ต้องเกิดเป็นคนอีก แต่คุณแม่ก็ตอบดิฉันไม่ได้ว่าไปที่ไหนที่ไม่ต้องเกิดอีก ในตอนเย็นวันหนึ่ง ดิฉันเห็นพระธุดงค์ ท่านเดินผ่านท้องนา ดิฉันยกมือไหว้แต่ที่น่าแปลกประหลาดใจคือ ดิฉันมองไม่เห็นใบหน้าที่ท่าน ดิฉันเห็นแต่หัวไม่มีตา คิ้ว จมูก ปาก ตอนนั้นดิฉันอายุ 12 ปี ดิฉันนึกถึงท่านตลอดเวลา ด้วยความอยากรู้ว่าท่านเป็นใคร และอยากเห็นใบหน้าของท่านด้วย บางครั้งพอเหนื่อย ท้อแท้ท่านจะมาให้เห็นองค์ทุกครั้ง ท่านบอกว่า "อยากเห็นมั้ยลูก นั่งสมาธินะลูก" ดิฉันตอบว่า "ลูกนั่งไม่เป็นค่ะ" ท่านตอบว่าถ้าลูกนั่งสมาธิได้ ลูกจะเห็นหน้าและก็จะรวยด้วย ความคิดเด็ก ๆ จึงคิดว่า "เออ! เอารวยดีกว่า ไม่เห็นหน้าท่านก็ได้" จากนั้นมาท่านก็เมตตา สอนสมาธิตลอด หลังจากฝึกมโนมยิทธิกับคุณแม่เกษรได้แล้วจึงได้ทราบว่าพระธุดงค์นั้นคือหลวงปู่มั่นภูริทัตตะเถระเจ้าดิฉันดีใจจนน้ำตาไหล

พออายุได้ 14 ปี ดิฉันก็ไปทำงานที่กรุงเทพประมาณ 5 ปี ทำงานส่งเงินให้คุณพ่อคุณแม่สร้างบ้านจนสำเร็จเรียบร้อย เมื่อบ้านเสร็จ ดิฉันก็กลับไปอยู่บ้านกับคุณพ่อคุณแม่

ต่อมาพระแม่เจ้ากวนอิมโปรดเมตตา ผ่านพระญาณมายังร่างดิฉัน เพื่อ

จะช่วยเหลือคนที่มีความทุกข์กายทุกข์ใจ โดยที่ไม่ได้เรียกร้องค่าครูเลย บางครั้งก็บวชพราหมณ์รักษาศีล แต่ก็ถูกชาวบ้านนินทาว่า ดิฉันเป็นผีปอบบ้าง เป็นผีกระสือบ้างคนแถวนั้น ไม่มีใครรู้จัก พระแม่เจ้ากวนอิมเลย ดิฉันทนนินทาไม่ไหว จึงได้ย้ายมาอยู่ที่ชลบุรี ตอนนั้นอายุประมาณ 22 ปี ก็ยังดูดวงบ้าง องค์พระแม่เข้าส่งพระญาณผ่านมาบ้าง โดยที่ไม่เก็บค่าครูเหมือนเดิม แต่ก็ต้องเลิกดู ต่อมาก็ได้แต่งงาน มีบุตร 1 คน ดิฉันก็ยังนั่งสมาธิปฏิบัติพระกรรมฐาน มาโดยตลอด และสอนให้ลูกทำสมาธิบ้าง สำหรับสามีดิฉันไม่ค่อยเชื่อเรื่องทางจิตทางสมาธิต่อต้านมาโดยตลอด มาระยะหลัง ๆ ก็เริ่มใจอ่อนบ้างแล้ว ดิฉันจึงได้ตั้งใจรักษา ศีล ทาน ภาวนา เพื่อเป็นการตอบแทนทางการปฏิบัติธรรมสำหรับสามีแสนดีมีความขยันขันแข็ง ช่วยงานในบ้านนอกบ้านทุกอย่าง ครอบครัวดิฉันก็เจริญรุ่งเรืองตลอดมา ดิฉันไม่กล้าที่จะคิดถึงพระนิพพาน แต่คิดอยู่เสมอว่าจะไม่ขอกลับมาเกิดอีกแล้ว ดิฉันจึงได้อธิษฐานขอคุณพระช่วยดิฉัน ได้รู้เข้าใจพระธรรมคำสอนที่ถูกต้อง ปรากฏเป็นภาพพระมหามณีรัตนปฏิมากร คือพระแก้วมรกต ดิฉันจึงเดินทางเข้ากรุงเทพฯ มากราบอธิษฐานต่อพระแก้วมรกต จึงได้พบหนังสือธรรมประทานพร เล่ม 2 ของคุณแม่เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ เล่มละ 100 บาท ตอนนั้นดิฉันมีเงินน้อยจึงคิดว่าจะซื้อหรือไม่ซื้อดี ตัดสินใจซื้อมา 1 เล่ม พอได้อ่านหนังสือธรรมประทานพร จึงรู้ว่ามีคุณค่ามากล้นถึงราคาเป็นแสนก็ควรมีไว้อ่าน เพราะเป็นหนังสือที่ให้แสงสว่างตอบปัญหาคั่งค้างในจิตใจดิฉันได้หมดสิ้นเป็นพระธรรมคำสอนง่าย ๆ เข้าใจชัดไม่สงสัยใน พระคุณของพระผู้มีพระภาคเจ้า พระธรรม พระอริยสงฆ์อีกต่อไป ดิฉันจึงรู้ว่ามีทางไปนิพพานแล้ว ดิฉันเคารพรักศรัทธาหลวงปู่ปาน พระคุณเจ้าหลวงพ่อฤาษีลิงดำมาตลอด ดิฉันได้โทรศัพท์หาคุณแม่เกษรตามในหนังสือท่านอยู่บ้านที่เชียงใหม่พอดี ท่านได้ฝึกสอนมโนมยิทธิกรรมฐานให้ดิฉันทางโทรศัพท์ให้ดิฉันสามารถสัมผัสของจริงคือยกจิตออกกายไปกราบแทบพระบาทองค์สมเด็จพระทรงสวัสดิโสภาคย์องค์พระปฐม พระพุทธเจ้าหลาย ๆ แสนพระองค์เห็นหลวงปู่ปาน เห็นหลวงพ่อฤาษีและทุกพระองค์ซึ่งดิฉันได้เคยเห็นท่านตั้งแต่อายุ 12 ปี

ดิฉันได้ทราบว่าท่านเป็นพระมาจากเบื้องบนแดนทิพย์นิพพาน รัศมีกายท่านผ่องใสเป็นประกายแพรวพราว ดิฉันได้กราบท่านแทบพระบาท ปลื้มปิติจนร้องไห้ คุณแม่เกษรได้โทรศัพท์จากอเมริกาเพื่อสอนมโนยิทธิทางโทรศัพท์ต่อ ให้กราบทูลขอพระพุทธอนุญาตให้กายทิพย์ เข้าไปอยู่ในพระวรกายทิพย์พระพุทธเจ้าที่ดินแดนอมตะนิพพาน ส่วนกายขันธ์ 5 ที่หยาบเน่าเห็นก็ทูลขอฉัพพรรณรังสี รัศมี 6 ประการ ขององค์สมเด็จพระพิชิตมารสัมมาสัมพุทธเจ้าคลุมไว้ให้มีกาย วาจา ใจ เป็นสัมมาทิฏฐิ ทุกวันนี้หลวงปู่ หลวงพ่อ มาสอนดิฉันให้เข้าใจโลกลี้ลับ คือ โลกที่ตามนุษย์มองไม่เห็น เช่น เปรต ผี นรกโลก เทวโลก พรหมโลก และพระนิพพานเห็นเป็นปกติ จิตดิฉันจึงไม่ติดใจไม่ว่าโลกไหน ๆ อีกต่อไป นอกจากแดนอมตะนิพพานซึ่งไม่มีขันธ์ 5 ดิน น้ำ ลม ไฟ ไม่มีทุกข์ ไม่เกิด ไม่ตาย สว่างไสว ไม่มีกลางวัน กลางคืน มีอิสระเสรีจะไปไหน ๆ ได้ทั่วไตรภพ ดิฉันตั้งใจทำความดีทางกาย วาจา ใจ ต่อสู่อุปสรรคต่าง ๆ มาจนทุกวันนี้ก็เพื่อถวายเป็นพุทธบูชา ธรรมบูชา สังฆบูชา พระโพธิสัตว์บูชา รวมทั้งบูชาคุณบิดามารดา ท่านปู่ ท่านย่า ท่านตา ท่านยาย หลวงปู่ หลวงพ่อ เทพไท้เทวาคุณครูบาอาจารย์ ดิฉันตั้งใจจริงที่จะทำบ้านปฏิบัติธรรมสำหรับพุทธบริษัททุกท่านที่ต้องการศึกษาปฏิบัติกรรมฐานเพื่อพระนิพพานชาตินี้ซึ่งเป็นของไม่ยากถ้าเข้าใจถูกต้อง

ดิฉันขอกราบขอบพระคุณ คุณแม่เกษร เป็นอย่างยิ่ง ที่ช่วยให้ลูกปฏิบัติธรรมได้ถูกต้องง่ายดาย มีความสุขสบาย ทั้งกายและใจ ดิฉันจึงตั้งจิตคิดจะช่วยแนะนำท่านผู้มีศรัทธาในพระพุทธศาสนาและชาวพุทธรุ่นหลังที่ต้องการฝึกมโนมยิทธิกรรมฐาน เป็นการพิสูจน์พระธรรมคำสอนของพระพุทธเจ้า ยังให้ผลถึงพระนิพพานได้จริง ๆ ง่าย ๆ และรวดเร็ว ในชาติปัจจุบันนี้ - จบ -

ถาม วิธีที่จะ ไม่หลง รูปฌาน และอรูปฌานนั้น ทำอย่างไร

ตอบ รูปฌานและอรูปฌาน พระผู้มีพระภาคเจ้า พระอรหันต์ท่านทรงเป็นปกติ เรียกว่า โลกุตตรฌาน คือ กำลังใจพ้นจากสภาวะของโลก โดยการที่จิตไม่ติดในกามราคะ รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัส ไม่ติดในความโลภ ความโกรธ ความหลงในร่างการตนเองและผู้อื่น

พระอรหันต์ท่านทรงฌานทางอุปสมานุสสติกรรมฐานคือ จิตใจท่านมีความพอใจในพระนิพพานเป็นอารมณ์การที่จะไม่หลงในรูปฌาน และอรูปฌานนั้น เราก็ทำตามแบบพระผู้มีพระภาคเจ้า และ พระอรหันต์ท่านทรงฌานด้วยการนึกถึงพระนิพพานเป็นอารมณ์ตลอดเวลา ด้วยการเห็นว่า โลกมนุษย์เต็มไปด้วยความทุกข์ยากลำบากไม่มีอะไรสะอาดหรืองดงาม เทวโลก พรหมโลกเป็นสุขจริงแต่ไม่ถาวรนรกโลกยิ่งเป็นทุกข์ตลอดเวลา จิตเราไม่ปรารถนามนุษย์โลก เทวโลก และนรกโลก เพราะมีความสูญสลายในที่สุด เทวโลก พรหมโลก เป็นสุขจริงแต่ก็ไม่พ้นทุกข์ หมดบุญวาสนาก็ต้องกลับมาเกิดเป็นคนพบกับความทุกข์แบบนี้อีก ฉะนั้นการทรงฌานในโลกุตตรฌาน คือนึกถึงความดี ความสุขตลอดกาล แบบนี้เรียกว่า ไม่หลงในรูปฌานและอรูปฌาน

ถาม การปฏิบัติธรรมทางลัดตัดตรงเข้าอรหัตตผลเพื่อนิพพานในชาตินี้ทำอย่างไร

ตอบ ทำง่ายๆตามที่องค์สมเด็จพระพิชิตมารบรมศาสดาสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงสอนคือ พิจารณาเพื่อตัดกิเลสตัวใหญ่หรือรากแก้วของกิเลส 108อย่างคือการหลงผิดคิดว่าร่างกายนี้เป็นของเราจริงๆ เรียกว่ากิเลสสักกายทิฏฐิ ถ้าตัดสักกายทิฏฐิได้หมดก็เป็นทางลัดตัดตรงเข้าถึงอรหัตตผล วิธีตัดกิเลสตัวใหญ่ก็ทำง่ายๆ ไม่ต้องตั้งท่านั่งสมาธิหลับตานานๆ ทำแบบคนไม่มีเวลานั่งสมาธิ คือ นั่ง ยืน เดิน นอน ขับรถ พูดคุยกับใครก็ทำใจมีสติสมาธิมีญาณคิดว่าร่างกายที่จิตเรามาอาศัยอยู่ชั่วคราวนี้ตายแน่พังสลายไปทุกวี่ทุกวันจิตเราไม่มีอำนาจควบคุมร่างกายให้สวยให้หนุ่มแน่นแข็งแรง นึกว่าตายแล้วเราจะไปกราบเฝ้าองค์สมเด็จพระประทีปแก้วที่พระนิพพาน คิดง่ายๆ แบบนี้ทุกวันเวลา จิตท่านเป็นสุขสบายทั้งๆที่ยังไม่ตาย มีทั้งสมาธิวิปัสสนาญาณอยู่ในนี้ครบ ท่านจะเป็น พระอริยบุคคล พระอรหัตตผลเป็นทางตรงทางลัดและง่ายๆ แบบสายกลางสบายๆ ไม่ต้องหลีกลี้หนีไปบวชทำงานได้สารพัดตามหน้าที่

ถาม- "ข้าแต่องค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าผู้เจริญ ข้าพระพุทธเจ้าเป็นแม่บ้านแม่เรือนต้องทำอาหารดูแลให้ความสุขสามีตามหน้าที่ของภรรยาที่ดี ไม่สามารถที่จะถือศีล 8 ในข้อ อพรหมจริยา และงดเว้นอาหารเย็น แต่งหน้าทาปาก ทำผมได้ในชาตินี้คงไม่มีหวังที่จะเป็นพระอนาคามีผลเสียแล้วพระพุทธเจ้าข้า"

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ทรงโปรดเมตตาตอบอธิบายให้ดิฉัน เข้าใจว่าการมีศีล 8 ศีล 10 ศีล 227 ข้อตามวินัยนั้นท่านมีไว้ให้เป็นระเบียบเช่น การถือศีล 227 ข้อก็เป็นพระภิกษุที่อยู่ในกฎระเบียบในวัด สำหรับลูกเกษรที่ทำงานหน้าที่แม่บ้านและภรรยาลูกถือบวชศีล8ได้ทางจิตเป็นเนกขัมมบารมีคือลูกกำจัดนิวรณ์ 5 ออกจากจิตไม่ติดใจผูกพันกับกามราคะคือรักใคร่พอใจในการสัมผัสระหว่างเพศ ลูกมีสัมพันธ์ทางเพศกับสามีได้ตามหน้าที่ของภรรยา ให้ร่างกายมันทำตามหน้าที่ของมัน ส่วนจิตของลูกไม่ติดใจว่าเป็นของเลิศ คิดว่าร่างกายแสนสกปรกมิช้าก็ตายสลาย จิตใจของลูกก็ยกออกไปเฝ้าพระพุทธองค์ปล่อยให้กายทำหน้าที่ของภรรยา พระอนาคามีผลท่านก็ยังต้องทำหน้าที่ของโลก แต่จิตไม่ผูกพันในกายในรูปรสกลิ่นเสียงสัมผัส ถือว่าเป็นเรื่องของขันธ์ 5 เท่านั้น อย่าทำเคร่งเครียดเกินไป ทำสายกลางคือ โลกไม่ช้ำ ธรรมไม่เสีย

ส่วนการแต่งหน้าทาปากทำผม แต่งตัวตามสังคมให้เป็นระเบียบเรียบร้อย ลูกเกษรก็ย่อมทำได้ไม่ผิดศีลของพระอนาคามี จิตพระอนาคามี ท่านไม่ได้หลงใบหน้าร่างกาย เสื้อผ้าเครื่องแต่งตัวว่าสวยงาม ท่านเพียงคิดว่าแต่งศพให้ดูได้ตามระเบียบของสังคม จิตพระอนาคามีไม่หลงใหลติดใจในรูปร่างหน้าตาตนและคนอื่นว่าสวยงามจริง มีแต่ของสกปรกเหม็นเน่าทั้งหมดในกาย

ส่วนเรื่องอาหารเย็นนั้นลูกรับประทานได้เช่นกัน ไม่จำกัดเวลาเพราะลูกไม่ใช่พระสงฆ์ทางกาย พระอนาคามีผลนั้นไม่ติดในรสอาหาร รับประทานเพื่อให้ร่างกายทำประโยชน์ รับประทานแต่น้อย แต่อิ่มนาน อิ่มด้วยบุญบารมีของพระอนาคามี คือมีอธิจิตสิกขา มีฌาน 4 และพรหมวิหาร 4 อยู่ในจิต จิตมีความสุขสดชื่นเบิกบานมีอารมณ์ใจเยือกเย็น จิตฉลาดปัญญาเลิศ การแยกจิต ยกจิตฝากไว้ในกายทิพย์นิพพานเป็นการปฏิบัติของ พระอรหัตตมรรค

สถานที่ฝึกกรรมฐานมโนมยิทธิ

กรุงเทพฯ

1. บ้านสายลม เลขที่ 9 ซอยสายลม 1 ถนนพหลโยธิน แขวงสามเสนใน เขตพญาไท กรุงเทพฯ 10400 โทร. (02) 271-3868 , (02) 272-6759

2. วัดกระทุ่มเสือปลา มีพระอาจารย์องอาจ อาภาโร เจ้าอาวาส ซอยอ่อนนุช 67 เขตประเวศ กรุงเทพฯ โทร. (02) 328-7776 ฝึกทุกวันพฤหัสบดี เวลา 19.00-21.30 น.

อุทัยธานี

1. วัดท่าซุง (จันทาราม) ต. น้ำซึม อ.เมือง จ.อุทัยธานี 61000 โทร. (056) 511-366 , 511-391 , 511-938 , 511-944 ฝึกทุกวัน

เชียงใหม่

1. บ้านทิพย์ปฏิบัติธรรม เลขที่ 6 ถนนสันติรักษ์ ข้างวัดสันติธรรม ต. ช้างเผือก อ. เมือง จ. เชียงใหม่ 50300 โทร. (053) 219-831 โดยคุณแม่เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ จะมาอยู่ทุกปี ๆ ละ 3-6 เดือน (อาจเปลี่ยนเดือนมา) ฝึกทุกศุกร์-เสาร์-อาทิตย์ เวลา 19.00-21.00 น. ยินดีฝึกตามวัดโรงเรียน สถาบันต่าง ๆ ที่มีผู้สนใจติดต่อ แล้วแต่จะเห็นสมควร

2. คุณจารุณี แสงเดชา โทร.(053)274-484

3. คุณธวัชชัย ใจสัตย์ โทร.(053)427-167 ต.หนองแก้ว หางดง

พะเยา

1. คุณสุวัตร์ เลิศชยันตี บ้านแสงธรรมชาติ หมู่บ้านต๋อม อ.เมือง จ.พะเยา 50000 โทร . 01-7967-141

2. คุณแม่สงกรานต์ สมบูรณ์ศฤงค์ 61 ม.1 ต.ห้วยข้าวก่ำ อ.จุน จ.พะเยา 56160 โทร . 06-1839563

ลำพูน

1. พระมหาสิงห์ วิสุทโธ สำนักสงฆ์ถ้ำป่าไผ่ ถนนลี้ อ. ลี้ จ. ลำพูน 51110 โทร. (053) 536-137

2. พระอนันต์ อานันโท วัดพระธาตุ 5 ดวง ถนนลี้ อ. ลี้ จ.ลำพูน 51110 โทร. (053) 570-244

3. คุณภุชงค์ บุญยัง ป่าซาง จ. ลำพูน โทร. (053) 521-032
บ้านคุณภุชงค์ป่าซางลำพูน โทร.(053)520-336

เพชรบุรี

1. น.พ.วิทวัส สิทธิวัชรพงษ์ มือถือ 06 - 3118140 อ.เมือง จ.เพชรบุรี

กาญจนบุรี

1. บ้าน พอ.นายแพทย์ นพพรและทันตแพทย์หญิงเตือนใจ กลั่นสุภา บ้านหลังที่ 3 ซอย 3 ค่ายสุรสีห์ ถ. กาญจนบุรี-บ่อพลอย อ. เมือง จ. กาญจนบุรี โทร.(034) 589-233 ถึง 5 ต่อ 1295 ฝึกทุก ๆ ต้นเดือน

นครราชสีมา

สำนักส่งเสริมปฏิบัติธรรม ศิษย์พระราชพรหมยาน (คุณแม่ชีประทุม โชติอนันต์) อ.ปากช่อง จ. นครราชสีมา ฝึกทุก ๆ สัปดาห์ที่ 2 ของเดือน วันเสาร์-อาทิตย์เวลา 12.00-14.00 น. ในพระมหาวิหารโคตรเศรษฐี มีครูฝึกประจำ 2 ท่านคือแม่ชีสมพรและอาจารย์ทิพมาศ สอบถามรายละเอียดจาก คุณอิ๊ด โทร. 01-9069140

สกลนคร

1. พันตรีนายแพทย์ ฉัตรมงคล คนขยัน รพ. ค่ายจิตรศิวลา สกลนคร โทร. (042) 730-318 , (01) 863-5604

2. คุณสถาน เทพนานนท์ โทร. (042) 730-322

3. คุณทรงพล กุลวงศ์ 250 หมู่ 3 กกส้มโฮง ต.พระธาตุเชิงชุม อ. เมือง จ. สกลนคร 47000

สระแก้ว

1. บ้านคุณทิพยา วิลาวัลย์ บ้านเลขที่ 470 หมู่ 1 อ. ตาพระยา จ. สระแก้ว โทร.(037) 269-055 (ฝึกที่บ้านคุณชัย-คุณหัทยา พัฒนนิติศักดิ์ โทร. (037) 269-044

สงขลา

1. พระครูโสภณ จริยานุกุล วัดโพธิ์ปฐมวาส ถนนไทรบุรี ต.บ่อยาง

อ. เมือง จ.สงขลา 90000 โทร. (074) 326-011

2. พระมหาอำนวย ฐานวโร เจ้าอาวาส วัดชนะสงคราม ต. ควนลัง อ. หาดใหญ่ จ. สงขลา โทร. (074) 424-862 ฝึกทุกวัน ตั้งแต่เวลา 1 ทุ่ม

3. คุณปกรณ์ ชาติพันธ์ 33 ถนนรามัญู อ. เมือง จ. สงขลา โทร.(074) 440-732

4. บ้าน รอ.วิวัฒน์ เรืองมณี บ้านเลขที่ 12 ซอย 15 ถ. ราษฎร์อุทิศ อ.หาดใหญ่ จ.สงขลา โทร.(074) 424-862 ฝึกทุกวันที่มีคนมาติดต่อ

5. บ้าน คุณสมชาย ขวัญพิเชษฐ์สกุล (โกส้ม) บ้านเลขที่ 133/ 31 ถ. วิเชียรชม อ. เมือง จ. สงขลา โทร. (074) 312-859 ฝึกทุกวันศุกร์

6. คุณสุภิตา คานธิ ร้านกฤษณา 126 ถ. เพชรคีรี ตลาดใหม่ จ. สงขลา 90000 โทร. (074) 317-250

กรุงเทพฯ

3.คุณเสาวรีย์ ปัจฉิมกุล

141 ซอยจันทชาติ ถ.ประชาชื่น 11 บางซื่อ กทม. 10800

โทรศัพท์ 02 - 9112411 - 12 มือถือ 01 - 8309525

4.นายแพทย์อานุภาพ สหภิญโญชนม์

764 ม.สินธร ซอย 3 คลองจั่น บางกะปิ กรุงเทพมหานคร 10240

โทรศัพท์ 02 - 3756875 มือถือ 09 - 6636616

สระบุรี

1. วัดเขาวง(ถ้ำนารายณ์) พระวินัยธรวัชรชัย อินทวังโส เจ้าอาวาส อ. พระพุทธบาท จ. สระบุรี โทร. (037) 269-044

พังงา

1. พ.ต.ต. สันติรักษ์ สันติพูน สภ.อ. เมือง พังงา อ. เมือง จ.พังงา 82000 โทร. (01) 476-3880

เพชรบูรณ์

1. อาจารย์สถาพร มงคลวัจน์ 78/5 ถนนพิทักษ์บำรุง อ.หล่มสัก จ. เพชรบูรณ์ 67120 โทร.(056) 709-114

2. คุณสิทธิชัย นุชัยเหล็ก หมู่บ้านบุญประคอง เขาค้อ เพชรบูรณ์ โทร. (01) 8236473

ร้อยเอ็ด

1. พระมหาสิงห์ สุทธจิตโต วัดป่าโนเขาหลวง บ้านจาน ต. ทุ่งเขาหลวง จ. ร้อยเอ็ด 45170 โทร.(01) 954-9839

ฉะเชิงเทรา

1. อาจารย์สมพงษ์ หลุนประยูร (บ้านกิ๋ง) ผู้บริหาร รร. ประสาทวิทยา 57 หมู่ 1 ต. เทพราช ปณช คลองสวน จ. ฉะเชิงเทรา โทร. (038) 595-201 , (01) 841-3932 ฝึกทุกๆ วันพุธ

สหรัฐอเมริกา

1. เกษร สุทธจิต จันทร์ประภาพ 10 South 308 Birnam Trail Willow brook , Illinois 60527 U.S.A โทร. (630) 920-8428

เยอรมันและสวิสเซอร์แลนด์

Wat Thai Buddhistisches Zentrum NRNBERGRLAND e.v.

Sie mensstr. 15 90459 Nurnberg Germang

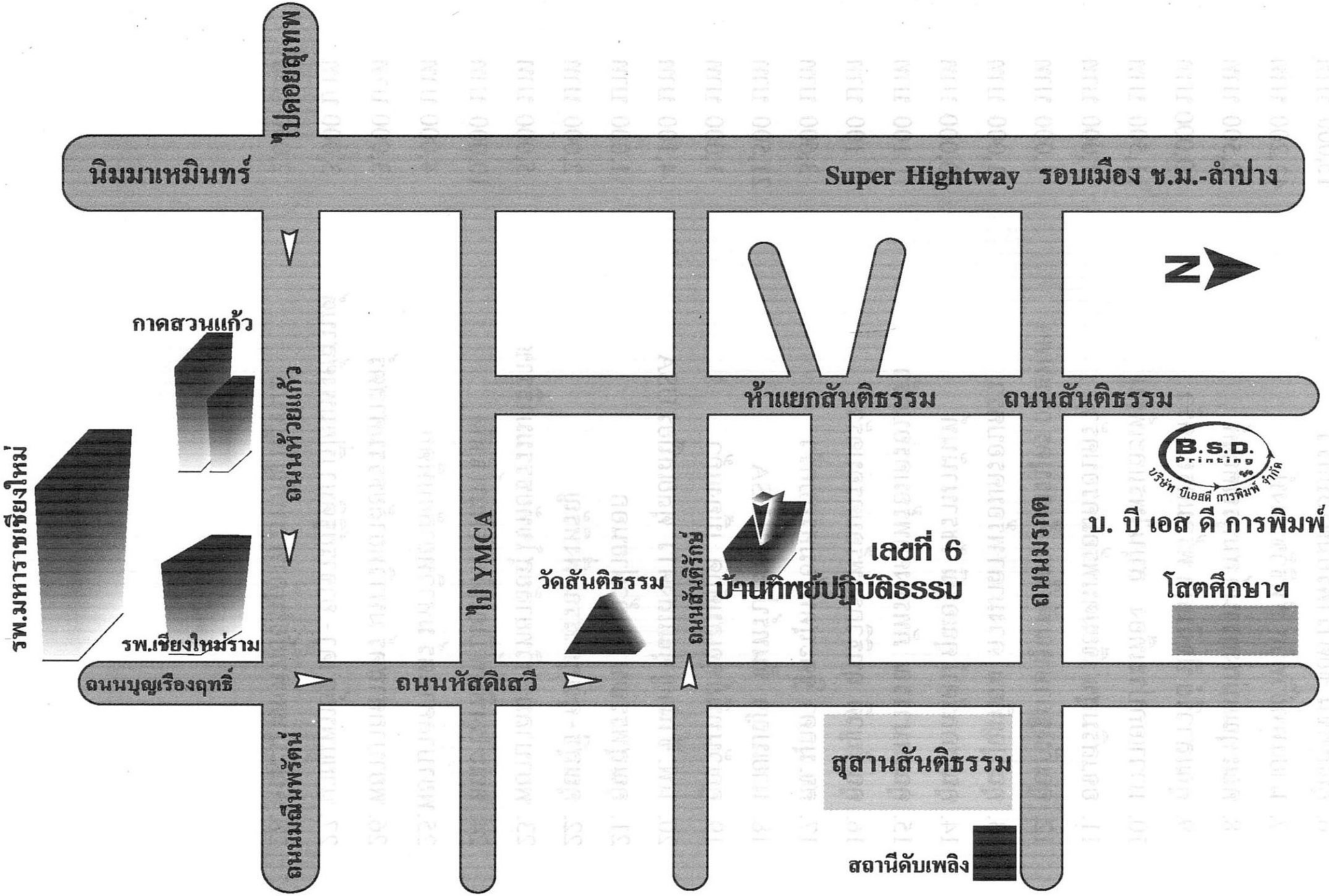
Tei. 0911/4328787 Handy 01-77-975-7718

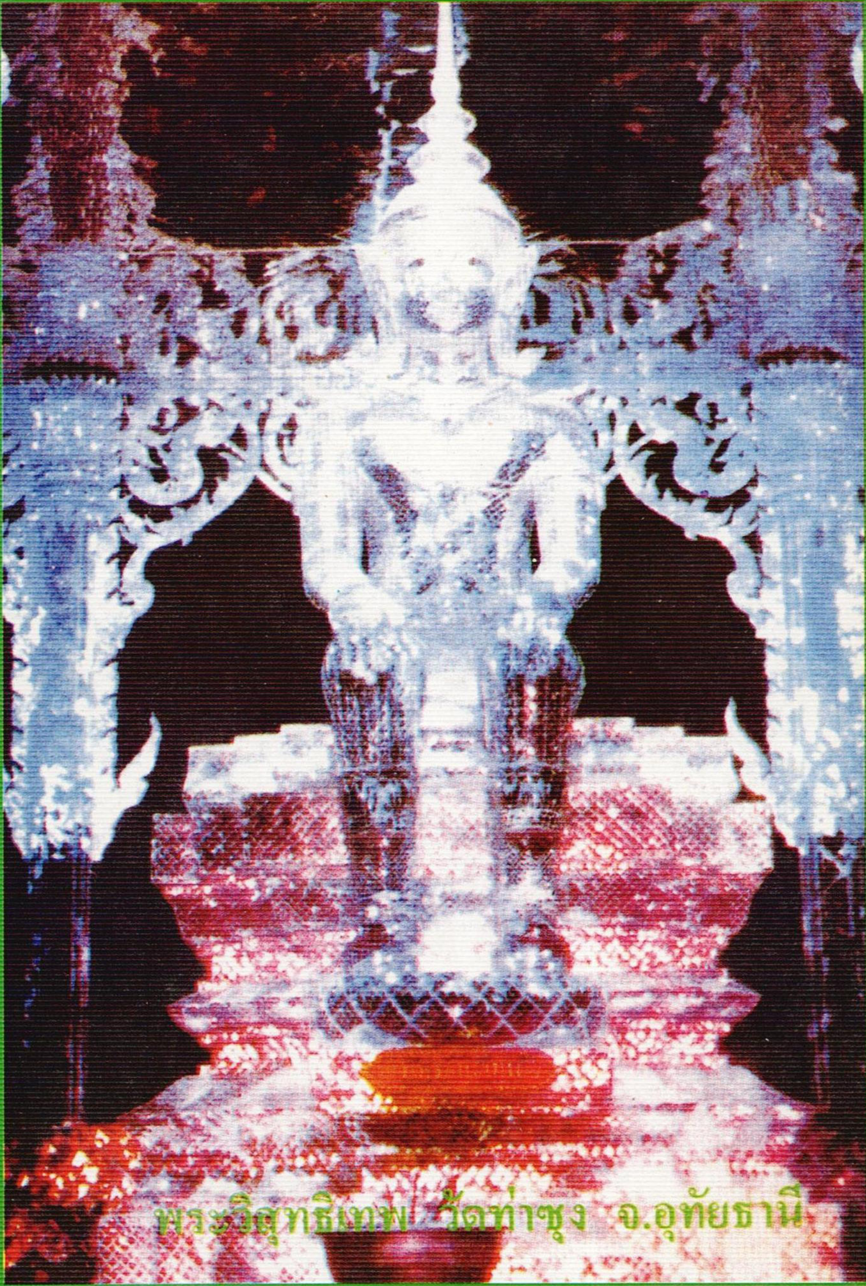
ผู้ร่วมทำบุญสร้างหนังสือธรรมประทานพรเล่ม 4

ขออภัยท่านที่ทำบุญพิมพ์หนังสือ แต่รายชื่อตกหล่นหายไปและท่านที่โอนเงินเข้าบัญชีแต่ไม่ได้แจ้งชื่อไว้ ขอขอบพระคุณทุกๆท่านและขออนุโมทนากับทุกๆท่านเป็นอย่างยิ่ง ที่มีจิตเป็นกุศลร่วมสร้างหนังสือธรรมประทานพรเล่ม 4 นี้

1.	นายแพทย์บุญมี จันทร์ประภาพพร้อมครอบครัว USA	200,000 บาท
2.	คุณพิศมร คุณชาติชาย ภู่พานิชพร้อมครอบครัว USA	10,750 บาท
3.	คุณมนัส บุญเจียม โอวาทสารพร้อมครอบครัว USA	8,600 บาท
4.	นายแพทย์ กบิล จันทร์ประภาพ USA	21,500 บาท
5.	ผู้ร่วมทำบุญแต่รายชื่อตกหล่นหลายท่าน	10,000 บาท

6. คุณสุพจน์ ชัยดาราพร้อมครอบครัว	15,000 บาท
7. นายแพทย์วิทวัส สิทธิวัชรพงษ์	42,200 บาท
8. คณะคุณแม่สงกรานต์ สมบูรณ์ศฤงค์	2,500 บาท
9. คุณเสาวรีย์ ปัจฉิมกุล พร้อมครอบครัว	10,000 บาท
10. นาวาเอกประเทือง สมุนไพรและเพื่อน	1,500 บาท
11. อจ.เสริมสุข เจียมตนพร้อมครอบครัว	1,000 บาท
12. คุณกันฐกาษ คุณพัชรียา ดังกรบุตร กรุงเทพฯ	1,000 บาท
13. คุณบุญเทียน ดวงมาลา พร้อมครอบครัว	1,000 บาท
14. คุณสกลรัตน์ คุณอรุณี วัชรานานันท์	60,000 บาท
15. คุณเหมวรรณ ภัทรมงคลพร้อมครอบครัว	100 บาท
16. คุณธัญวดี ฤทธิวิกรมพร้อมครอบครัว	100 บาท
17. ศจ. มุกดา ฐิตะสุตพร้อมครอบครัว	3,600 บาท
18. นายเบญจ จันทร์ประภาพ USA	21,500 บาท
19. คุณวันทนีย์ คุณสมศักดิ์ เมืองแก้ว	1,000 บาท
20. นพ. ชำนาญ คุณแสงดาว ตุลยเสถียร USA	4,100 บาท
21. คุณสุพรรณษา แก้วฝ่ายนอก	1,000 บาท
22. คุณสุธี - คุณศุภวรรณ พึ่งหิรัญ	2,000 บาท
23. พยาบาลมหาวิทยาลัยสุโขทัยธรรมาธิราช	5,000 บาท
24. คณะโรงพิมพ์ บีเอสดี การพิมพ์ จำกัด	10,000 บาท
25.พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยมหิดล	4,000 บาท
26. พยาบาลศาสตร์ มหาวิทยาลัยธรรมศาสตร์	3,000 บาท
27. นายแพทย์ธาดา - อาจารย์ฐิติมา เปี่ยมพงศ์สานต์	3,000 บาท
28. คณะนายแพทย์อานุภาพ สหภิญโญชนม์	2,000 บาท


Super Hightway รอบเมือง ช.ม.-ลำปาง
นิมมาเหมินทร์
ไปดอยสุเทพ
N
กาดสวนแก้ว
ถนนห้วยแก้ว
รพ.มหาราชเชียงใหม่
รพ.เชียงใหม่ราม
ไป YMCA
วัดสันติธรรม
ถนนสันติรักษ์
ห้าแยกสันติธรรม
ถนนสันติธรรม
B.S.D. Printing
บริษัท บีเอสดี การพิมพ์ จำกัด
บ. บี เอส ดี การพิมพ์
เลขที่ 6
บ้านทิพย์ปฏิบัติธรรม
ถนนมรกต
โสตศึกษาฯ
ถนนบุญเรืองฤทธิ์
ถนนหัสดิเสวี
ถนนเสริมพรัตน์
สุสานสันติธรรม
สถานีดับเพลิง



พระวิสุทธิเทพ วัดท่าซุง จ.อุทัยธานี

พระพุทธชินราช วัดท่าซุง จ.อุทัยธานี

ประดิษฐานภายในพระมหาวิหาร ๑๐๐ เมตร

ธรรมประกาศนบร เล่ม ๔